



DIRECTO

ÚLTIMA HORA DEL JUICIO A DAVID SÁNCHEZ, EN DIRECTO



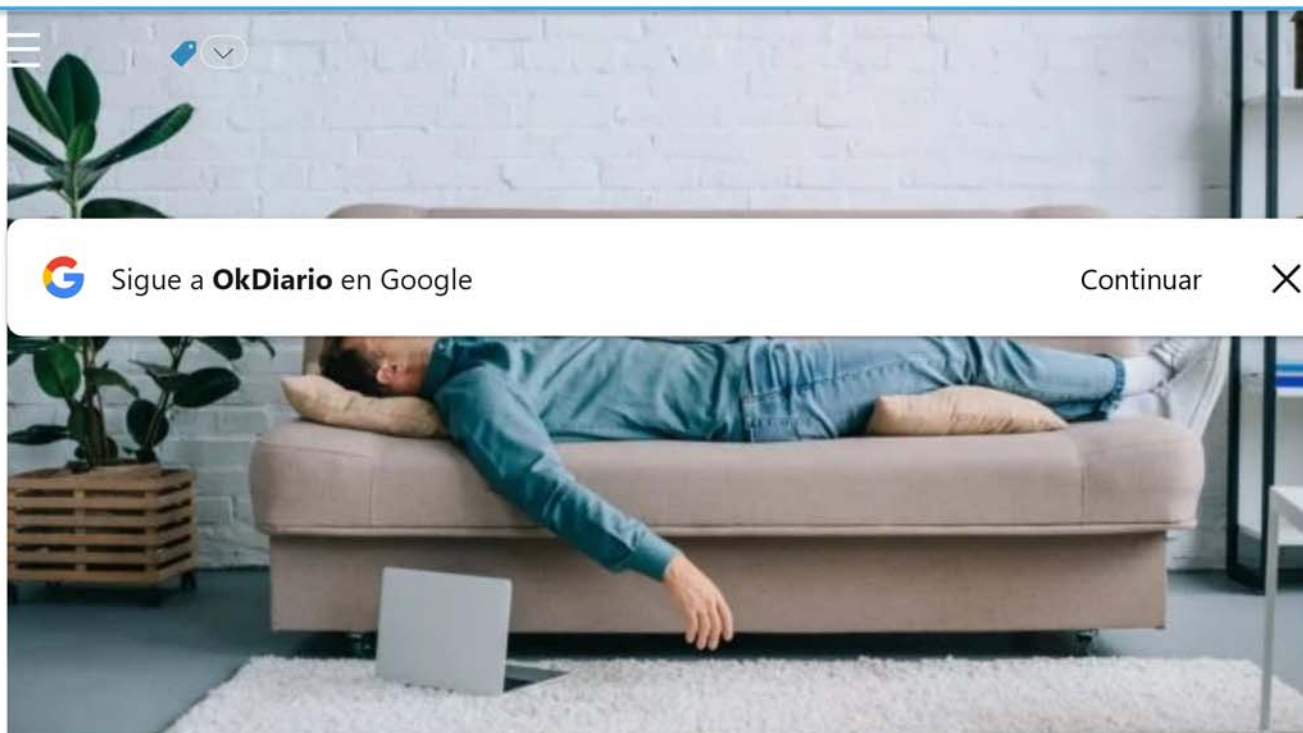
Sigue a **OkDiario** en Google

Continuar



Los usos a diario y los neurologos avisan de que son los peores enemigos del cerebro

- ✓ Los trastornos cerebrales afectan al 43% de la población
- ✓ El 90% de los factores de riesgo de ictus pueden evitarse



Una persona tirada en el sofá.

B. DIEGO

01/06/2026 05:40 ACTUALIZADO: 01/06/2026 05:40

✓ Fact Checked

En el marco del **seminario «El cerebro, la última frontera»**, que acaba de celebrarse en Sitges organizado por la compañía Lundbeck, expertos en diferentes campos de la neurociencia han compartido su visión sobre las **claves** de la **salud del cerebro**, los **últimos avances científicos y el futuro** que aventura la aplicación de las nuevas tecnologías. En la parte central del encuentro, José Miguel Láinez, jefe del servicio de neurología del Hospital Universitario Casa de Salud de Valencia ha desgranado las mejores estrategias para cuidar el órgano más importante. **«Sin salud cerebral, no hay salud»**, es la consigna.

Cuanto **más enriquezcamos nuestro cerebro**, menor será el riesgo de desarrollar enfermedad de **Alzheimer** y **más lento será, si se presentara,**

**SOSTENIBILIDAD ES
INNOVAR PARA LLEGAR A TODOS**



EL TURISMO
QUE SOSTIENE

Portada

Etiquetas

En España se diagnostican unos 2.000 nuevos casos de esclerosis múltiple cada año



Agencias

Sábado, 30 de mayo de 2026, 13:36 h (CET)

MADRID, 30 (SERVIMEDIA)

La Sociedad Española de Neurología (SEN) aseguró que en España se diagnostican cerca de 2.000 nuevos casos de esclerosis múltiple (EM) cada año y el retraso en su diagnóstico y tratamiento es uno de los principales retos, ya que puede alcanzar hasta los tres años en, al menos, un 20% de los pacientes.

Con motivo de la celebración este sábado del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, la SEN subrayó que esta enfermedad neurológica crónica, autoinmune e inflamatoria del sistema nervioso central es una de las principales causas de discapacidad en adultos jóvenes.

Según los últimos datos del Atlas de la Esclerosis Múltiple, el número de personas con esta patología en todo el mundo pasó de 2,3 millones en 2013 a 2,8 millones en 2020 y a 2,9 millones en 2023, unas cifras que permiten estimar que actualmente ya podría haber más de tres millones de personas afectadas por esta enfermedad.

Por lo tanto, en la última década, el número de personas diagnosticadas de esclerosis múltiple en el mundo aumentó en más de un 26%. Un incremento que se relaciona, en parte, con una mayor concienciación y a la mejora de las

Lo más leído

1 Yo sé quién es ella

2 Belleza, salud y longevidad: las novedades que marcan el futuro de la suplementación

3 Seis valores organizacionales prácticos, tangibles y objetivos

4 Arquitectura emocional

5 "Me miran, luego existo": la desaparición de la interioridad en la era digital

Noticias relacionadas

Donemos una fértil unidad; entre contemplación y acción

Recogerse y acogerse es un níveo concentrado de bondad y pasión que precisamos como jamás, poner en acción, con reposición contemplativa. Sus efectos benignos y sus afectos generosos, es lo que verdaderamente nos alienta como sociedad y nos alimenta como espíritu andante, en este planeta por el que nos movemos y cohabitamos, hasta que la muerte nos abraza.

técnicas diagnósticas.

No obstante, los expertos observaron un mayor número de diagnósticos en mujeres y en población pediátrica, por razones sobre cuyas causas aún se sigue investigando. En España, según datos actualizados de la SEN, la esclerosis múltiple afectaría a más de 58.000 personas y cada año se diagnostican alrededor de 2.000 nuevos casos.

SISTEMA INMUNITARIO

De hecho, destacó la coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la SEN, la doctora Ana Belén Caminero, "la esclerosis múltiple es una enfermedad en la que se produce una respuesta anómala del sistema inmunitario contra el sistema nervioso central, dañando la mielina, la capa que protege las fibras nerviosas. Cuando este daño se produce, la transmisión de los impulsos nerviosos se altera, dando lugar a síntomas muy diversos".

Por eso, añadió, "cuando hablamos de esclerosis múltiple, hablamos de una enfermedad muy heterogénea, en la que no todos los pacientes presentan los mismos síntomas, ni la misma evolución, ni el mismo grado de discapacidad".

Los síntomas de la esclerosis múltiple dependen, por lo tanto, de las zonas del cerebro y de la médula espinal que se vean afectadas. Entre los síntomas más frecuentes se encuentran la fatiga, la debilidad, los trastornos de sensibilidad, los problemas de visión, las alteraciones del equilibrio y la coordinación, los espasmos musculares, los problemas esfinterianos y, en algunos casos, alteraciones cognitivas y emocionales. El dolor, además, está presente en más de la mitad de los pacientes.

MÁS MUJERES

Aunque la enfermedad puede aparecer a cualquier edad, suele debutar entre los 20 y los 40 años, una etapa especialmente activa desde el punto de vista personal, familiar, laboral y social. Por esta razón, la esclerosis múltiple es una de las principales causas de discapacidad no traumática en adultos jóvenes.

Además, afecta al menos al doble de mujeres que de hombres, si bien en los hombres la evolución puede ser más agresiva y asociarse a una progresión más rápida de la discapacidad. Los últimos datos manejados por la SEN apuntaron a que en España el 68% de las personas diagnosticadas son mujeres y que la edad media de inicio de la enfermedad se sitúa en los 32 años.

La mayoría de los pacientes presentan inicialmente formas remitentes-recurrentes, caracterizadas por la aparición de brotes o episodios de déficit neurológico seguidos de periodos de recuperación parcial o completa.

DIAGNÓSTICO

Sin embargo, remarcó la doctora Caminero, "uno de los grandes retos es reducir el tiempo que transcurre desde la aparición de los primeros síntomas hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento. Mejorar los tiempos de

Un juzgado de Pontevedra condena a UFD del Grupo Naturgy por refacturaciones sobre fraudes falsos

El Juzgado Contencioso-Administrativo de Pontevedra ha anulado una factura de 15.600 € que pretendía cobrar la Distribuidora del grupo Naturgy alegando un "fraude eléctrico" que no ha podido demostrar en el juicio. En sentencia firme, UFD Distribución contra el recurso presentado ante la Resolución de la Xunta de Galicia, que daba la razón al titular del contrato de suministro y consideraba nula la refacturación practicada por alegar un 'fraude eléctrico' en el contador de electricidad.

Epístola a un anciano

Sí, me refiero a ti. A ese que de vez en cuando va a recoger a sus nietos al cole. A esos que están sentados en un banco de un jardín e incluso a los que están echando una partidita de dominó, esperando matar al contrario esos seis dobles que están a la expectativa, mirando de reojo al rival para que no le asesinen esa ficha adversa que todos no sabemos dónde meter cuando nos hunde la suerte en el reparto de fichas. A

diagnóstico es importante porque cuanto antes se diagnostique la enfermedad, antes podremos actuar para frenar su progresión y retrasar la acumulación de discapacidad".

No obstante, destacó la experta, "en los últimos años se produjeron avances muy relevantes en el diagnóstico. La resonancia magnética permite detectar lesiones con mayor precisión, y también se avanzó en el análisis del líquido cefalorraquídeo y de marcadores biológicos en sangre".

"Aunque todavía no disponemos de un único biomarcador que confirme por sí solo la enfermedad, cada vez contamos con más herramientas para diagnosticar antes y con mayor seguridad", concluyó.

Te recomendamos



Si comes esto antes de irte a dormir,
¡perderás 17 kg en 14 días!

Prueba este truco



Opel Grandland

**Un SUV pensado para
conducir con confort, espacio
y tecnología avanzada.**



Lexus LBX Híbrido

**La vida, como cada trayecto a
bordo del Lexus LBX Híbrido,
está cargada de momentos
fascinantes. Estrena un LBX y
comienza a escribir nuevos
capítulos de la tuya.**



¿Buscando otros ingresos?

**Con la ayuda de la IA, muchos
españoles están teniendo
ingresos extra**



Recupera tu bienestar

**¿Dolores articulares? Este
remedio natural está
triunfando en España**



Únete y llévate 5€

**Con Moeve Gow tienes tus 5€
de bienvenida. Y si aún no lo
eres, no esperes más.**

Castellana, Fuente del Berro, Guindalera, Goya, Lista y Recoletos



Recibir el Boletín informativo

PORTADA EDITORIAL TEMA DEL MES EL VECINO DEL MES BARRIO SECCIONES ▾ CULTURA SALUD

HEMEROTECA ▾



Imprimir



Twitter



Facebook



LinkedIn

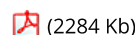


WhatsApp



Pinterest

DESCARGAR ARTÍCULO



(2284 Kb)

ÚLTIMO NÚMERO



TE PUEDE INTERESAR



30/05/2026

El Ayuntamiento renueva las aceras de la calle del Conde de Peñalver



14/02/2026

Desenredando



24/02/2026

HISTORIAS DEL DISTRITO. La hora azul



El Hospital de La Princesa invitó a experimentar lo que se siente al vivir con párkinson



PRENSA H.U. DE LA PRINCESA, 29 DE MAYO DE 2026

La Unidad de Trastornos del Movimiento del Hospital Universitario de La Princesa, centro sanitario público de la Comunidad de Madrid, ha conmemorado el Día Mundial del Párkinson, que se celebra el 11 de abril, con la instalación de un *stand* interactivo donde las personas interesadas han podido experimentar en primera persona algunas de las dificultades a las que se enfrentan las personas con esta enfermedad. El objetivo de esta iniciativa ha sido visibilizar la realidad de los pacientes, sensibilizar a la población y poner en valor la importancia del diagnóstico precoz, el tratamiento y el acompañamiento integral.

Profesionales de la Unidad de Trastornos del Movimiento del Servicio de Neurología realizaron, en el vestíbulo principal del centro, distintas dinámicas, como la escritura con guantes que limitan la movilidad o el uso de pesas en los pies, a través de las cuales los interesados pudieron acercarse a los síntomas motores característicos del párkinson, fomentando así la empatía y la concienciación social. Además, se mostró cómo funciona la programación neurológica en remoto de los pacientes sometidos a una intervención quirúrgica para tratar la enfermedad.

La enfermedad de Parkinson es una condición degenerativa progresiva y crónica del sistema nervioso que causa severos daños neurológicos, generando alteraciones en el control y coordinación de los movimientos del cuerpo, así como rigidez muscular. Se estima que unas 200.000 personas padecen la enfermedad en España, siendo la segunda enfermedad neurodegenerativa tras el alzhéimer.

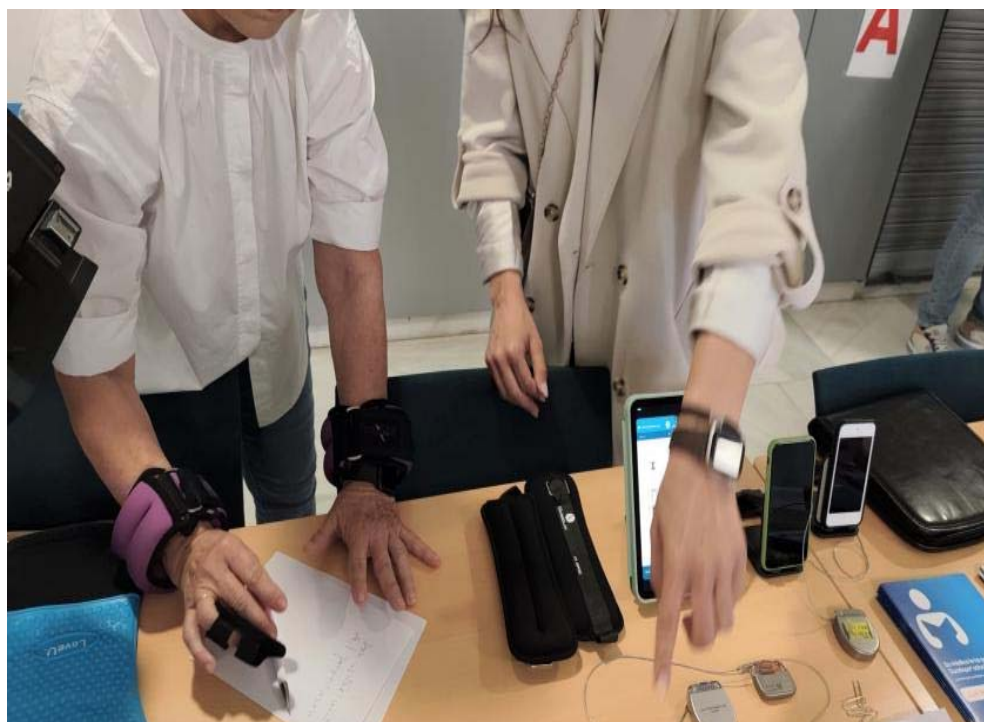


Centro de referencia nacional en la cirugía de párkinson

La continua especialización en la atención del párkinson de los profesionales del Hospital Universitario de La Princesa ha contribuido a que desde el año 2006 sea centro de referencia nacional CSUR para cirugía funcional de párkinson, realizando anualmente unas 30 intervenciones. También desde el 2023, la Sociedad Española de Neurología otorgó la certificación de calidad a la Unidad Médico Quirúrgica de Trastornos del Movimiento de este centro.

Asimismo, esta unidad realiza el seguimiento en consulta externa a más de 4.000 pacientes al año; igualmente se realizan talleres tanto para ellos como para sus cuidadores con el objetivo de llevar la enfermedad con la mayor normalidad posible, ofreciendo los profesionales que imparten el taller soluciones prácticas a los diferentes problemas con los que estas personas se encuentran en el día a día.

En cuanto a la investigación, los diferentes especialistas que tratan el párkinson y el resto de trastornos del movimiento en el Hospital de La Princesa constituyen un equipo con uno de los mayores números de ensayos clínicos activos.



Votar: ★★★★★

Resultado: ☆☆☆☆☆

0 votos



¿Quieres recibir las últimas noticias en tu navegador?

Política

Economía

Opinión

Deportes

Historia

Podcast

Más tarde

Sí, quiero



Manuel López-López y Lita, su esposa, en una de sus últimas fotografías juntos

MANUEL LÓPEZ-LOPEZ, AUTOR DE 'FAROS PARA LOS QUE HAN QUEDADO'

«Una semana antes de fallecer por Alzheimer, mi mujer me habló con plena claridad: eso lo dice todo»

Manuel López-López, ingeniero naval y empresario, perdió a su esposa tras una larga enfermedad de Alzheimer y ha convertido esa experiencia en *Faros para los que han quedado*, un libro sobre el duelo, el amor matrimonial, la ausencia y la esperanza



José Antonio Méndez

31 may. 2026 - 04:30

Dicen los datos de la Sociedad Española de Neurología que en torno a 800.000 personas sufren Alzheimer en nuestro país. Sin embargo, las

estadís
de las e
abruma
solo ca



¿Quieres recibir las últimas noticias en tu navegador?

iones
la
con un

Y no es
que atr
alguien
de su p
difícil p

Política

Economía

es. Es
a

Opinión

Deportes

casi
s

Historia

Podcast

Eso esc
Faros p
empres
entrev

Más tarde

Sí, quiero

en
te
sa,
er

sobre el duelo, el amor conyugal, la ausencia antes y después de la separación definitiva, o la esperanza del reencuentro.

– En *Faros para los que han quedado*, usted no escribe desde las teorías sobre el duelo, sino desde la experiencia conmovedora de haber acompañado a su esposa en la enfermedad y después en la ausencia. ¿En qué momento sintió que tenía que convertir su dolor en un libro?

– El duelo comienza mucho antes de la marcha de la persona querida. El Alzheimer no es solo una enfermedad: es un estado compartido. Durante los diecisiete años que duró el proceso, comprendí que los modelos disponibles –el de Kübler-Ross sobre todo– no describían lo que yo vivía. Nacidos de una lógica de etapas internas y secuenciales, no capturaban la realidad de quien cuida y pierde al mismo tiempo. Las neurociencias recientes me ofrecieron un lenguaje más fiel. *Faros* no nació para hablar de mi dolor, sino para iluminar caminos que a mí me resultaron muy significativos y que quizás otros no han podido ver.

– El Alzheimer tiene algo especialmente duro: la despedida, en ocasiones, empieza mucho antes de la muerte. ¿Cómo vivió usted ese proceso? ¿O acaso no es verdad, y de algún modo, es posible continuar viendo a quien amamos oculta tras el velo de la enfermedad?



– Una s
hacern
comun
crecier
mirada
haber c
se equi

– Desp
resulta
envuel

– Lo m
la torm
pero er



¿Quieres recibir las últimas noticias en tu navegador?

Política

Opinión

Historia

Economía

Deportes

Podcast

para

rían
está»

da

ués de
es,
és de

objetos y recuerdos. Sorprendentemente no se trataba de nostalgia y melancolía sino de una vivencia diferente. La persona querida estaba presente a través de sus recuerdos y vivencias y ello hacía sentirla próxima y de algún modo viva.

Los cuadros de Lita, con sus colores y encajes sugerían, al mirarlos, cómo ella vivía esos momentos. Cada objeto en la casa perdía su significado habitual para sugerir el recuerdo. La mesa era ahora la que compramos juntos en nuestro viaje a la India. La brújula, la que nos ayudó a situar la Angostura Inglesa en nuestro viaje por Chile. Y así todos y cada uno de los objetos.

– **En el libro aparece una idea conmovedora: aprender a «ver» de otra manera a su mujer, incluso cuando la enfermedad le arrebatava la palabra. ¿Qué descubrió entonces sobre el amor conyugal, sobre su propia esposa e incluso sobre usted mismo?**

– La vulnerabilidad de la persona en sus procesos de pérdida crea nuevos vínculos que potencian los recuerdos positivos y reafirman los sentimientos de gratitud y generosidad. La persona para la que no existían imposibles ahora yacía en una silla, desfigurada por la enfermedad, manteniendo su dignidad, reclamando cuidado y cariño. Al final de todas mis visitas, siempre me preguntaba por los tiempos de soledad que le había ocasionado en todos los años que estuvimos juntos...

“



¿Quieres recibir las últimas noticias en tu navegador?

Política

Economía

Opinión

Deportes

Historia

Podcast

– Dice

¿Qué n
compa

bo».

– Creo

Más tarde

Sí, quiero

erse a

uno mismo de forma completa, pero, en el propio sentido de
trascendencia. Ese conocimiento es esencial para vivir las nuevas
realidades.

Mi libro presenta la sinergia entre tres polos –experiencia, neurociencia y teología– que integran una propuesta neurológica con una tradición teológica. El componente espiritual forma parte del nuevo entorno, pero no como remedio o como punto final, sino como parte de la nueva forma de vida.

– Desde su experiencia, ¿qué es lo más difícil de aprender cuando uno se ve obligado a seguir viviendo sin la persona amada?

–Lo más difícil es sentir que tenemos que cambiar la forma de relacionarnos con la otra parte de nosotros mismos.

– ¿Qué quiere decir?

– Durante décadas, hemos construido un nuevo ser como mitad de un todo; la pérdida no lo destruye, sino que lo reconfigura. Seguimos siendo el mismo ser que, a pesar de todo, permite seguir pensando y viviendo en compañía. Una vez encontrada y sentida esta nueva forma, la realidad vuelve a conformarse.

– Nuestra cultura huye del sufrimiento. ¿Necesitamos aprender a acompañar el dolor y a mirar de frente a la posibilidad de la

enferm

– Creo
vida». C
casi cua
sobre e
Y neces
amor d

– En su
medio

–Muy i
sentido
marco,

la palabra «sacrificio» fue siendo reemplazada, primero por «compañía»
y, luego, por «gratitud».

– ¿Y qué le diría a un lector que acaba de perder a su cónyuge y siente
que ya no sabe cómo seguir adelante?

– Que piense que está a su lado y le sigue acompañando. Desde mi
experiencia, le diría que busque a la persona querida no en la melancolía
y la nostalgia para volver a vivir situaciones pasadas, sino viviendo la
realidad a su lado.

Día Mundial del Alzheimer

**Marco Trabucchi, psicogeriatra: «A un
enfermo de alzhéimer hay que mantenerlo
en casa siempre que sea posible»**

José Antonio Méndez



– Por último, ¿qué es lo que yo no le he preguntado y cree importante
decir?

– Que hemos sido muy afortunados de haber vivido una experiencia que
nos ha hecho más compasivos y generosos. Todo mi pensamiento y
esfuerzo ha sido mi homenaje a Lita como protagonista excepcional en
mi vida. Sus diarios fortalecieron mi esperanza y son la mejor ayuda para

conclu

Compartir

 Copiar enl

 Correo ele

 Whatsapp

 Whatsapp

 Facebook

 X (Twitter)

 Telegram

 LinkedIn

Herramientas

 Imprimir



¿Quieres recibir las últimas noticias en tu navegador?

Política

Economía

Opinión

Deportes

Historia

Podcast

[Más tarde](#)

[Sí, quiero](#)

© eldebate.com

DIRECTO El comisario Villarejo declara como acusado en el juicio de Kitchen. Síguelo aquí

los  especialistas

Una neuróloga repasa los límites de los tratamientos para el insomnio: “Las benzodiacepinas no dan un sueño natural”

La especialista en sueño defiende la importancia de tratar de determinar cuál es la causa concreta del insomnio para poder actuar desde la raíz y resolver el problema

[— ¿Existe la siesta perfecta? Un experto en sueño explica por qué 20 minutos pueden salvarte el día y dos horas arruinártelo](#)





España es uno de los países del mundo donde se consumen más benzodiacepinas. V. G. / Unsplash

Marta Chavarrías

SEGUIR AL AUTOR/A

31 de mayo de 2026 -13:59 h Actualizado el 01/06/2026 -13:14 h 0

Dormir las horas necesarias y que este sueño sea de calidad es de vital importancia para nuestra salud en general. Si no conseguimos dormir bien, se resiente la calidad de vida y, a largo plazo, se pueden agravar y hay mayor riesgo de algunas enfermedades como trastornos cardiovasculares, problemas mentales, demencia, hipertensión arterial, diabetes tipo 2 u obesidad. También nuestras funciones cognitivas se ven afectadas, ya que baja la concentración y la capacidad de atención, mientras que el tiempo de re

Más información

[Del número de despertares a cenar](#)

[azúcar para](#)

El insomnio es uno de los tra
transitorio y entre un 10-15%
Sociedad Española de Neuro
un reto. En la mayoría de los
farmacológico.

SharkBeauty

mnio
según la
erte en todo
to

PUBLICIDAD

“Algunas medicinas usadas alteran las fases de sueño”, explica [Celia García Malo](#), neuróloga especialista en Medicina del Sueño, que apuesta por tratar de determinar siempre cuál es la causa concreta del insomnio para poder actuar desde la raíz y resolver el problema.

Tratar la raíz detrás del insomnio

PUBLICIDAD

“Hay otras opciones más fisiológicas respecto a cómo se va regulando el sueño”, dice García, y añade que no siempre es necesario recurrir a medicamentos como las benzodiacepinas. Muchas veces, explica, detrás del insomnio puede haber un origen psicológico relacionado con trastornos del estado de ánimo, ansiedad o depresión, incluso con enfermedades neurológicas como el [síndrome de piernas inquietas](#) o trastornos respiratorios como la [apnea del sueño](#).

PUBLICIDAD

Para tratar el insomnio, como pasa con cualquier otra enfermedad, es clave conocer primero la causa concreta e ir al origen del problema para descubrir qué es lo que lo está provocando. Sea cual sea de donde proceda, ya es posible iniciar el tratamiento, que en la mayoría de los casos incluirá medidas como ajustes en los hábitos de sueño, como mantener unos horarios regulares de sueño o evitar el uso de pantallas antes de acostarnos.

PUBLICIDAD

Otro tratamiento recomendado es la terapia cognitivo-conductual, un tipo de tratamiento que las [guías clínicas europeas](#) recomiendan como opción de tratamiento de primera línea para el insomnio crónico. El [objetivo](#) es restaurar la autorregulación natural del sueño y, para ello, se actúa en los factores que mantienen el problema, en lugar de limitarse a tratar los síntomas.

Este tipo de tratamiento integra estrategias conductuales, cognitivas y psicoeducativas y logra abordar el insomnio no solo como un síntoma aislado, sino como un trastorno con más implicaciones, lo que permite desarrollar un modelo de atención más preventivo y sostenible.

Los límites del tratamiento farmacológico para dormir

PUBLICIDAD

Cuando nada de esto funciona, los profesionales pueden barajar la posibilidad de recurrir a los fármacos, en concreto benzodiacepinas, que son efectivos siempre y cuando se usen bien. Lejos de lo que dice la creencia popular, “las benzodiacepinas no dan un sueño natural”, reconoce García.

“Si hacemos una comparación con polisomnografía, una prueba usada para diagnosticar trastornos del sueño y que registra las ondas cerebrales, los niveles de oxígeno en sangre, la frecuencia cardíaca y respiratoria y los movimientos de los ojos y las piernas, sin ‘benzos’ y con ‘benzos’, veremos que el sueño es mucho más superficial con ‘benzos’ y la arquitectura del sueño no es la misma que la sin ‘benzos’”, advierte la neuróloga.

“Sí es verdad que estos medicamentos son útiles para periodos de tiempo cortos, así como cuando hay crisis de insomnio por ansiedad o por circunstancias estresantes concretas, pero nunca deberían tomarse durante más de cuatro semanas porque a medio y largo plazo la calidad del sueño se empobrece mucho”, aclara García acerca de un medicamento que siempre se debe consumir bajo prescripción médica y que requiere de una valoración profesional —tanto al iniciar el tratamiento como al interrumpirlo.

PUBLICIDAD

Por tanto, si bien pueden tratar rápidamente el insomnio grave, interfieren con los patrones naturales del sueño y alteran las etapas cruciales del descanso. Y, aunque tengamos la sensación de que dormimos más tiempo, no nos sentiremos descansados del todo porque reducen el sueño profundo y alteran el ritmo natural de sueño.

“Todas las benzodiacepinas actúan sobre el sueño como hipnóticos, pero lo que hacen es favorecer un sueño superficial y quitan sueño profundo”, explica la neuróloga. Esto explicaría por qué, según la experta, algunas personas que las usan para dormir “no descansan, y esto ocurre porque muchas veces la propia benzodiacepina altera la arquitectura del sueño”, añade.

Otra limitación de este tipo de tratamiento es que pueden [desarrollar tolerancia](#) si su uso se prolonga en el tiempo, lo que a la larga se convertirá en un problema grave porque cada vez se tendrán que usar dosis mayores si no se trata la causa subyacente. Esta dependencia, lejos de mejorar la situación, puede crear nuevas dificultades.

PUBLICIDAD
EL ARTÍCULO CONTINÚA DESPUÉS DEL SIGUIENTE MENSAJE

Ayúdanos a sacar a la luz lo que no quieren que sepas

El periodismo valiente solo es posible cuando detrás hay personas comprometidas como tú que lo sostienen.

Ayúdanos a seguir haciendo investigaciones exclusivas y a blindarnos ante los poderosos para seguir contándote lo que otros no quieren que sepas.

Haz posible elDiario.es

La experta alerta que España es uno de los países con mayor consumo de benzodiacepinas del mundo, tal como demuestra este [estudio](#), a pesar de las [recomendaciones](#) existentes destinadas a prevenir su mal uso de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios.

Más información

[¿Existe la siesta perfecta? Un experto en sueño explica por qué 20 minutos pueden salvarte el día y dos horas arruinártelo](#)

“Es algo sobre lo que estamos intentando hacer un llamamiento para controlarlo. La creencia de que ‘me tomo un fármaco para dormir desde hace 20 años’ y lo consideramos normal no es la solución para tratar el insomnio, ni mucho menos, porque debemos ir a la raíz del problema”, declara la neuróloga.

[ConsumoClaro](#) / [Sueño](#) / [Trastornos del sueño](#) / [Descanso](#) / [Salud](#) / [Medicina](#) / [Salud mental](#) / [Ansiedad](#) / [Estrés](#)

HE VISTO UN ERROR 

Únete a la conversación

https://noticiasvenevision.com

Salud https://noticiasvenevision.com/salud/ Diez claves sobre la esclerosis múltiple: cada 5 minutos se diagnostica un caso en el mundo

Salud

Diez claves sobre la esclerosis múltiple: cada 5 minutos se diagnostica un caso en el mundo

ESTE 30 DE MAYO ES EL DÍA MUNDIAL DE LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE.

30 Mayo 2019 10:46 | Lectura: 2 minutos



Un paciente con esclerosis múltiple realiza sus ejercicios de rehabilitación. Foto: EFE/Claver Cebalada - Salud

La esclerosis múltiple es una enfermedad **neurodegenerativa, autoinmune, crónica** y discapacitante que afecta expresivamente a personas jóvenes. Cada 5 minutos se diagnostica un caso en el mundo. En el **Día Mundial de la Esclerosis Múltiple**, el 30 de mayo, la Sociedad Española de Neurología (SEN) comparte 10 claves de esta patología.

1. ¿Qué desencadena la esclerosis múltiple?

Se produce por una respuesta anómala del sistema inmunológico contra el sistema nervioso central, una infección que daña la mielina, la capa que protege las fibras nerviosas, alterando la transmisión de los impulsos nerviosos y generando síntomas muy diversos. "Por eso no todos los pacientes presentan los mismos síntomas, ni la misma evolución, ni el mismo grado de discapacidad", explica la doctora Ana Belén Carreras, coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la SEN.

2. ¿Cuál es el perfil de los pacientes?

Aunque la enfermedad puede aparecer a cualquier edad, suele debutar **entre los 20 y los 40 años**, una etapa especialmente activa desde el punto de vista personal, familiar, laboral y social. Por esta razón, la esclerosis múltiple es una de las principales causas de discapacidad no traumática en adultos jóvenes.

3. Las cifras de la enfermedad en el mundo

Una de las claves de la esclerosis múltiple es el incremento de la enfermedad. Según los datos del Atlas de la Esclerosis Múltiple elaborados por la SEN, el número de personas con esclerosis múltiple en todo el mundo ha pasado de 2,3 millones en 2014 a 2,8 millones en 2018, un aumento del 21 %.

4. Una gran variedad de síntomas

Los síntomas de la esclerosis múltiple dependen, por lo tanto, de las zonas del cerebro y de la médula espinal que se ven afectadas. Entre los síntomas más frecuentes se encuentran:

- Fatiga.
- Debilidad.
- Trastornos de sensibilidad.
- Problemas de visión.
- Alteraciones del equilibrio y la coordinación.
- Esquejes musculares.
- En algunos casos, alteraciones cognitivas y emocionales.
- El dolor está presente en más de la mitad de los pacientes.

5. Tipos de esclerosis múltiple

La mayoría de los pacientes presentan **esclerosis múltiple** formas recurrentes, caracterizadas por la aparición de brotes o episodios de daño neurológico seguidos de periodos de recuperación parcial o completa.

6. Otro desafío, la detección precoz

Reducir el tiempo que transcurre desde la aparición de los primeros síntomas hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento es una de las claves para abordar la esclerosis múltiple. "Reducir los tiempos de diagnóstico es importante porque cuanto antes se diagnostica la enfermedad, antes podemos actuar para frenar su progresión y retrasar la acumulación de discapacidad", subraya la neuróloga. **Servicios e instalaciones médicas**

7. Avances en el diagnóstico

En los últimos años se han producido avances muy relevantes en el diagnóstico. La resonancia magnética permite detectar lesiones con mayor precisión, y también se ha avanzado en el análisis del líquido cefalorraquídeo y de marcadores biológicos en sangre.

8. Las nuevas terapias

En la actualidad, el abordaje de la esclerosis múltiple es muy diferente al de hace unos años ya que existen terapias capaces de combatir el pronóstico de muchos pacientes. Son tratamientos modificadores que no curan la EM ni eliminan los síntomas, sin embargo pueden modificar su curso y reducir la cantidad de brotes y lesiones en la resonancia magnética cerebral, y retrasar el incremento de la discapacidad, según la asociación de pacientes Esclerosis Múltiple España.

9. Un estilo de vida saludable, otra de las claves para la esclerosis múltiple

Los pacientes con esclerosis múltiple pueden mejorar su calidad de vida con unos hábitos saludables. Todas las personas con esta enfermedad, independientemente de su evolución o nivel de discapacidad, pueden realizar algún tipo de actividad física. El ejercicio habitual y moderado puede ayudar a aliviar muchos síntomas.

10. ¿Cómo afecta el embarazo a la esclerosis múltiple?

El embarazo tiene un efecto protector en la esclerosis múltiple al reducir los brotes con los que cursa esta enfermedad neurodegenerativa y se debe al aumento de los estrógenos de la progesterona y también de la prolactina, que tienen un efecto antinflamatorio.

en Salud Salud

Etiquetas:
Esclerosis Múltiple salud

Comparte esta noticia:



https://www.facebook.com/hare/hare.php?u=https://noticiasvenevision.com/salud/diez-claves-sobre-la-esclerosis-multiple-cada-5-minutos-se-diagnostica-un-caso-en-el-mundo/



https://www.linkedin.com/shareArticle?mini=true?url=https://noticiasvenevision.com/salud/diez-claves-sobre-



https://twitter.com/hare?text=Diez+claves+sobre+la+esclerosis+multiple+cada+5+minutos+se+diagnostica+un+caso+en+el+mundo+diez+claves+sobre+la+esclerosis+multiple+cada+5+minutos+se+diagnostica+un+caso+en+el+mundo/

Pensiones al alza desde junio

Pensiones al alza desde junio 31 Mayo



https://www.whatsapp.com/share?text=Diez+claves+sobre+la+esclerosis+multiple+cada+5+minutos+se+diagnostica+un+caso+en+el+mundo+diez+claves+sobre+la+esclerosis+multiple+cada+5+minutos+se+diagnostica+un+caso+en+el+mundo/



Conoce cómo tus pies hablan sobre tu estado de salud (<https://noticiasvenevision.com/noticias/salud/conoce-como-tus-pies-hablan-sobre-tu-estado-de-salud>)

La esclerosis múltiple en diez claves

Por **Agencias Noticias** - 31/05/2026

La esclerosis múltiple es una enfermedad neurodegenerativa, autoinmune, crónica y discapacitante que afecta especialmente a personas jóvenes. Cada 5 minutos se diagnostica un caso en el mundo. En el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, el 30 de mayo, analizamos esta patología en diez claves.

La Sociedad Española de Neurología (SEN) insiste en la importancia de la detección precoz y precisa de la esclerosis múltiple con el fin de poder frenar su progresión con las terapias de última generación.

Se trata de una enfermedad muy heterogénea por sus diferentes manifestaciones, por eso se conoce como la “enfermedad de las mil caras”.

1. ¿Qué desencadena la esclerosis múltiple?

Se produce por una respuesta anómala del sistema inmunitario contra el sistema nervioso central, una inflamación que daña la mielina, la capa que protege las fibras nerviosas, alterando la transmisión de los impulsos nerviosos y generando síntomas muy diversos.

“Por eso no todos los pacientes presentan los mismos síntomas, ni la misma evolución, ni el mismo grado de discapacidad”, explica la doctora Ana Belén Caminero, coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la SEN.

2. ¿Cuál es el perfil de los pacientes?

Aunque la enfermedad puede aparecer a cualquier edad, suele debutar entre los 20 y los 40 años, una etapa especialmente activa desde el punto de vista personal, familiar, laboral y social. Por esta razón, la esclerosis múltiple es una de las principales causas de discapacidad no traumática en adultos jóvenes.

Además, afecta al menos al doble de mujeres que de hombres, si bien en los hombres la evolución puede ser más agresiva y asociarse a una progresión más rápida de la discapacidad.

Los últimos datos de la SEN apuntan a que en España el 68% de las personas diagnosticadas son mujeres y que la edad media de inicio de la enfermedad se sitúa en los 32 años.

3, Las cifras de la enfermedad en el mundo

Otra de las claves de la esclerosis múltiple es el incremento de la enfermedad. Según los datos del Atlas de la Esclerosis Múltiple citados por la SEN, el número de personas con esclerosis múltiple en todo el mundo ha pasado de 2,3 millones en 2013 a 2,9 millones en 2023, un aumento del 26 %.

Este aumento se relaciona, en parte, con una mayor concienciación y a la mejora de las técnicas diagnósticas. No obstante, también se está observando un mayor número de diagnósticos en mujeres y en población pediátrica, por razones que se siguen investigando.

España, según datos actualizados de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la esclerosis múltiple afectaría a más de 58.000 personas y cada año se diagnostican alrededor de 2.000 nuevos casos.

4. Una gran variedad de síntomas

Los síntomas de la esclerosis múltiple dependen, por lo tanto, de las zonas del cerebro y de la médula espinal que se vean afectadas.

Entre los síntomas más frecuentes se encuentran:

- Fatiga.
- Debilidad.
- Trastornos de sensibilidad.
- Problemas de visión.
- Alteraciones del equilibrio y la coordinación.
- Espasmos musculares.
- En algunos casos, alteraciones cognitivas y emocionales.
- El dolor está presente en más de la mitad de los pacientes.

5. Tipos de esclerosis múltiple

La mayoría de los pacientes presentan inicialmente formas remitentes-recurrentes, caracterizadas por la aparición de brotes o episodios de déficit neurológico seguidos de periodos de recuperación parcial o completa.

Sin embargo, en un porcentaje de pacientes la enfermedad puede tener desde el inicio una evolución progresiva o evolucionar con los años hacia un empeoramiento progresivo. Esta esclerosis múltiple progresiva sigue representando uno de los principales retos terapéuticos, ya que todavía existen menos opciones de tratamiento para estos pacientes, que suponen aproximadamente entre el 10% y el 15% de los casos.

6. Otro desafío, la detección precoz

Reducir el tiempo que transcurre desde la aparición de los primeros síntomas hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento es otra de las claves para abordar la esclerosis múltiple.

En España, el retraso medio hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento se sitúa entre uno y dos años, pero puede alcanzar hasta tres años en al menos un 20% de los pacientes.

“Mejorar los tiempos de diagnóstico es importante porque cuanto antes se diagnostique la enfermedad, antes podremos actuar para frenar su progresión y retrasar la acumulación de discapacidad”, subraya la neuróloga.

Aunque, actualmente, cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple en el mundo, en al menos el 83 % de los países existen dificultades para acceder a un diagnóstico temprano, especialmente en aquellos con menos recursos.

La falta de conocimiento de los síntomas entre la población, la escasez de profesionales formados, las dificultades para acceder a pruebas diagnósticas y el acceso desigual a los sistemas sanitarios.

7. Avances en el diagnóstico

En los últimos años se han producido avances muy relevantes en el diagnóstico. La resonancia magnética permite detectar lesiones con mayor precisión, y también se ha avanzado en el análisis del líquido cefalorraquídeo y de marcadores biológicos en sangre.

Aunque todavía no se dispone de un único biomarcador que confirme por sí solo la enfermedad, cada vez se dispone de más herramientas para diagnosticar antes y con mayor seguridad, según la SEN.

8. Las nuevas terapias

En la actualidad, el abordaje de la esclerosis múltiple es muy diferente al de hace unos años ya que existen terapias capaces de cambiar el pronóstico de muchos pacientes.

Son tratamientos modificadores que no curan la EM ni alivian los síntomas, sin embargo, pueden modificar su curso y reducir la cantidad de brotes y lesiones en la resonancia magnética cerebral, y retrasar el incremento de la discapacidad, según la asociación de pacientes Esclerosis Múltiple España.

No solo son los tratamientos farmacológicos, también la neurorrehabilitación, la fisioterapia, el apoyo psicológico y social forman parte esencial del abordaje integral de la enfermedad.

Un paciente con esclerosis múltiple realiza sus ejercicios de rehabilitación/EFE/Javier Cebollada

9. Un estilo de vida saludable, otra de las claves para la esclerosis múltiple

Los pacientes con esclerosis múltiple pueden mejorar su calidad de vida con unos hábitos saludables.

Todas las personas con esta enfermedad, independientemente de su evolución o nivel de discapacidad, pueden realizar algún tipo de actividad física. El ejercicio habitual y moderado puede ayudar a aliviar muchos síntomas

La alimentación parece tener cierta importancia en la Esclerosis Múltiple. Es fuente importante de vitamina D, afecta a la composición de la flora intestinal (que parece tener relevancia en la actividad del sistema inmune) y beneficia a la salud en general. Una dieta variada, equilibrada y sana es imprescindible.

Y para evitar riesgos hay que huir del tabaco, del alcohol, del sobrepeso y obesidad, del estrés y propiciar el descanso nocturno.

10. ¿Cómo afecta el embarazo a la esclerosis múltiple?

El embarazo tiene un efecto protector en la esclerosis múltiple al reducir los brotes con los que cursa esta enfermedad neurodegenerativa y se debe al aumento de los estrógenos, de la progesterona y también de la prolactina, que tienen un efecto antiinflamatorio.

Los neurólogos destacan la necesidad de planificar el embarazo para que no interfiera con los tratamientos modificadores que frenan la progresión de esta patología.



NUEVA TEMPORADA
YA DISPONIBLE

SUSCRÍBETE YA

DESDE 6,99 €/MES

HBO
max

Patrocinado



2



ok OKDIARIO

Seguir

37.7K Seguidores



Los usas a diario y los neurólogos avisan de que son los peores enemigos del cerebro

Historia de B. Diego • 8 h • 3 minutos de lectura



Una persona tirada en el sofá.

En el marco del **seminario «El cerebro, la última frontera»**, que acaba de celebrarse en Sitges organizado por la compañía Lundbeck, expertos en diferentes campos de la neurociencia han compartido su visión sobre las **claves** de la [salud del cerebro](#), los **últimos ava**

Comentarios

científicos y el futuro que aventura la aplicación de las nuevas tecnologías. En la parte central del encuentro, José Miguel Laínez, jefe del servicio de neurología del Hospital Universitario Casa de Salud de Valencia ha desgranado las mejores estrategias para cuidar el órgano más importante. «**Sin salud cerebral, no hay salud**», es la consigna.



Vuelven los
Škoda Days. ¡So...

Škoda · Patrocinado

Cuanto **más enriquezcamos nuestro cerebro, menor será el riesgo** de desarrollar enfermedad de [Alzheimer](#) y **más lento será, si se presentara**, el declive cognitivo, asegura el experto basándose en los datos de un reciente estudio. Esto es cierto incluso cuando se tiene en cuenta el riesgo que pueden suponer otras enfermedades

Continuar leyendo

Contenido patrocinado



SEAT

Nuevo SEAT Arona

Patrocinado



Campeón de Consumo

**Compensación para
propietarios de coches
nuevos (2006-2013)**

Patrocinado

 Comentarios



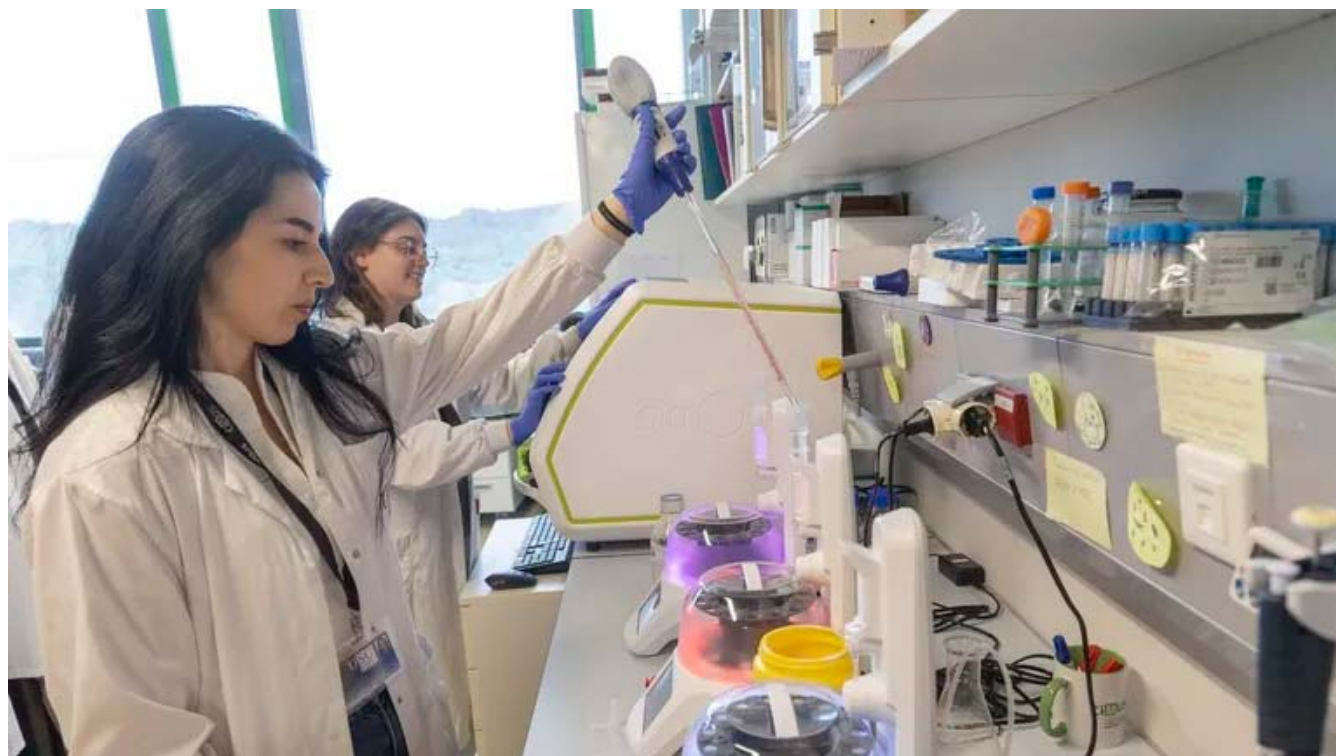
Publicidad

ENFERMEDADES

Así son los biomarcadores: las señales medibles de nuestro cuerpo que pueden detectar, seguir o predecir una patología



CINTHYA MARTÍNEZ
LA VOZ DE LA SALUD



Identificar a personas con alto riesgo de desarrollar párkinson antes de la aparición de los síntomas es uno de los objetivos del grupo de Neurobiología Celular y Molecular de la Enfermedad de Parkinson del CiMUS.

Estos indicadores ayudan a entender qué está ocurriendo antes de que se presenten los síntomas; los hay de diferentes tipos y se estudian en diversas enfermedades. Los analizamos en las de tipo reumatológico, párkinson, el alzhéimer y otras demencias y el cáncer

31 May 2026. Actualizado a las 05:00 h.

[Comentar](#)

Un biomarcador es, en esencia, una señal medible del organismo que da información objetiva sobre lo que está ocurriendo en una enfermedad. Puede ser una proteína en sangre, una molécula en el líquido cefalorraquídeo, una señal en una prueba de imagen o incluso un patrón digital obtenido con sensores. Lo importante es que ese indicador permita detectar, seguir o predecir una patología. Hay ejemplos muy reconocibles, como los niveles de glucosa en sangre en la diabetes. A diferencia de estos, los protagonistas de estas líneas están de camino a instaurarse por completo en la práctica clínica. Son la llave para un futuro donde no se trata una patología, sino pacientes que la padecen, de manera personalizada.

Tipos de biomarcadores:

- **Diagnósticos.** Son identificadores biológicos medibles (ya sean moléculas, genes o imágenes), que confirman la presencia de una enfermedad específica o identifica en qué etapa evolutiva se encuentra.
- **Pronósticos.** Informan sobre la evolución de la enfermedad y el riesgo de eventos clínicos futuros, como la supervivencia o la posible reaparición de esta después de un tiempo de mejoría o remisión.
- **Predictivos.** En este caso permiten anticipar si un paciente responderá de forma favorable o no a un tratamiento específico. Evitan terapias innecesarias y guían hacia las otras más favorables para ese paciente.

Pákinson



Ana Isabel Rodríguez, la tercera por la izquierda, posa con el grupo que codirige. PACO RODRÍGUEZ

«Nuestra tecnología permite detectar cambios sutiles en señales cerebrales antes de que se den los síntomas»

En el grupo de Neurobiología Celular y Molecular de la Enfermedad de Parkinson del Centro Singular de Investigación en Medicina Molecular y Enfermedades Crónicas (CiMUS) centran su investigación en la identificación y validación de biomarcadores que faciliten el diagnóstico del párkinson. «Permiten monitorizar la progresión de la enfermedad a nivel individual y evaluar la eficacia de los tratamientos administrados al paciente», indica Ana Isabel Rodríguez, que codirige el grupo con el profesor José Luis Labandeira. Más de 200.000 personas padecen esta patología neurodegenerativa en nuestro país, según la Sociedad Española de Neurología (SEN).

Publicidad

Su heterogeneidad y el hecho de que su diagnóstico siga siendo fundamentalmente clínico son los principales factores que contribuyen a que un porcentaje significativo de casos no se detecte en fases iniciales: se estima que existe un retraso medio de entre uno y tres años desde la aparición de los primeros síntomas hasta la confirmación médica de la enfermedad. «Trabajamos con biomarcadores moleculares, especialmente proteínas relacionadas con los procesos de neurodegeneración. Para ello, contamos con tecnología de ultra alta sensibilidad que permite detectar cambios muy sutiles en señales cerebrales a partir de muestras sanguíneas, incluso en individuos que aún no han desarrollado síntomas clínicos», cuenta Rodríguez.

Identificar a individuos con alto riesgo de desarrollar la enfermedad antes de la aparición de los síntomas es prioritario. «Cuando se da el diagnóstico clínico, ya se ha producido la pérdida de más del 50 % de la neuronas dopaminérgicas, las principales afectadas». Se estima, además, que el proceso neurodegenerativo comienza entre diez y veinte años antes de la aparición de los primeros síntomas, aunque durante ese tiempo el sistema nervioso es capaz de compensar parcialmente el daño. «Cuando esa capacidad de compensación se agota y la pérdida neuronal alcanza un umbral crítico, aparecen los síntomas y el paciente

acude al neurólogo. Pero el elevado grado de daño neuronal limita considerablemente la eficacia de los tratamientos disponibles», detalla Rodríguez.

Por eso, la identificación de personas en fases preclínicas, conocidas como prodrómicas, es clave. «Permitiría aplicar intervenciones tempranas, orientadas a preservar las neuronas dopaminérgicas y a reducir procesos asociados e implicados en la pérdida neuronal, como la neuroinflamación. Esto podría retrasar de forma significativa la aparición de los síntomas y contribuir a modificar el curso de la enfermedad», amplía.

Publicidad

El grupo de Neurobiología Celular y Molecular de la Enfermedad de Parkinson en el laboratorio.PACO RODRÍGUEZ

El equipamiento con el que cuentan es de última generación. Este año han incorporado la plataforma Argo HT System, «un avance para el CiMUS y todo nuestro entorno. Se trata de una tecnología muy sensible para la detección de biomarcadores, capaz de cuantificar cientos de proteínas en concentraciones extremadamente bajas a partir de una muestra de sangre muy pequeña, poco más de una gota», explica. Así, se facilita la identificación de neurodegeneración en fases tempranas, incluso antes de la aparición de síntomas. Una plataforma única que permitirá analizar otros biomarcadores relacionados con enfermedades metabólicas, cardiovasculares y oncológicas, «ampliando su impacto potencial en áreas clave para la salud de la población».

Su grupo no se limita a medir proteínas circulantes en sangre, sino que analizan el

contenido de las vesículas extracelulares. «Estas pequeñas estructuras, liberadas por las células, incluidas las neuronas y otras células del cerebro, transportan proteínas, lípidos y material genético que reflejan el estado de la célula de origen. En el sistema nervioso, una parte de estas vesículas puede llegar a sangre periférica». Han optimizado la tecnología necesaria para aislarlas y, una vez obtenidas, analizan su contenido en las plataformas de ultrasensibilidad antes mencionadas. «Lo que nos permite acceder de forma no invasiva a información relevante sobre lo que está ocurriendo en el cerebro, evitando el "ruido de fondo" de otras moléculas presentes en la sangre». Se abren nuevas posibilidades para el diagnóstico precoz, pero también para el seguimiento de la enfermedad o la respuesta a tratamientos.

Alzhéimer, demencias y otras patologías cerebrales

Pablo Aguiar (primero por la izquierda sentado), posa con su grupo de Laboratorio de Biomarcadores de Imagen Molecular y Teragnosis. PACO RODRÍGUEZ

«Estamos estudiando procesos que permitan detectar si las neuronas han dejado de comunicarse ente ellas»

El equipo de Ana Isabel Rodríguez trabaja en colaboración con otros grupos para el estudio de biomarcadores en más enfermedades neurodegenerativas, como el alzhéimer. Pablo Aguiar es jefe de grupo del Laboratorio de Biomarcadores de

Imagen Molecular y Teragnosis. «En el campo de la imagen, en lugar de ser una medida simple como puede ser un parámetro extraído de una analítica o cualquier fluido corporal, son imágenes tridimensionales del paciente para medir el volumen de un tumor o su metabolismo, o una proteína que está en el cerebro de esos pacientes», explica.

Publicidad

El estudio del cerebro presenta varias dificultades. Una de ellas, la barrera hematoencefálica: una estructura semipermeable altamente especializada que protege al cerebro y la médula espinal. «Es un reto tanto para las técnicas diagnósticas y los marcadores de imagen, como para posibles terapias», confiesa. «En PET (tomografía de emisión de positrones) se utiliza glucosa, que entra en el cerebro de una forma maravillosa. Pero la información que nos da es poco específica. Cuando la queremos más concreta, necesitamos moléculas más grandes, pero estas penetran peor en el cerebro», asegura el investigador.

En los últimos años han desarrollado técnicas de imagen que permiten medir las proteínas beta-amiloide y tau, claves en un cerebro con alzhéimer. «Más allá de ellas, estamos estudiando procesos que nos permitan detectar conectividad neuronal: si las neuronas han dejado de comunicarse entre ellas; poder medirla en una imagen», confiesa. Reconoce que se está dando un gran impulso en la investigación de alzhéimer por la posible llegada de fármacos que ralentizan su progresión en etapas precoces. «Hasta ahora, los biomarcadores de amiloide y tau se han movido sobre todo en el ámbito de la investigación porque no había una necesidad muy clara, más allá del impacto social que tienen estas enfermedades, en decirle al paciente si tenía alzhéimer u otro tipo de demencia. Pero en el momento en que estas terapias se empiecen a administrar, va a ser urgente, porque tenemos que seleccionar en qué pacientes funcionarían estos tratamientos», detalla Aguiar.

El desarrollo de técnicas de inteligencia artificial (IA) ayuda a que se puedan combinar diferentes biomarcadores. «Por ejemplo, de imagen, con otros en sangre o fluidos. Así se podrán desarrollar plataformas "multiparámetro", combinando los de distinto tipo», sostiene Aguiar. Esto nunca se había hecho en la historia de la medicina. «El médico accedía a un parámetro de la medicina o dos y decidía el diagnóstico en base a eso. Después se hacía un estudio de imagen y se sacaba otro tipo de información. Las técnicas actuales permitirán combinar todo en un mismo modelo». Con todo, existen retos: la gestión sanitaria de este proceso y su

coste. «A nivel de investigación ya hemos generado evidencia suficiente de que esto es bueno, pero llevarlo a cabo es caro. Cuando estas técnicas se extiendan serán más baratas, pero para mí ese es el gran desafío: su coste».

Publicidad

Enfermedades reumatológicas

Francisco Javier Blanco lidera el grupo de reumatología en el Instituto de Investigación Biomédica de A Coruña (Inibic).ANGEL MANSO

«Lo importante no es acumular pruebas, sino integrar la información para tomar mejores decisiones»

«En enfermedades reumatológicas crónicas, el valor de los biomarcadores es especialmente alto porque deben tomarse muchas decisiones antes de que el daño estructural sea irreversible», avanza Francisco Javier Blanco, jefe de reumatología clínica y translacional del Complejo Hospitalario Universitario de A Coruña (Chuac). Una sola variable rara vez captura toda la complejidad de este tipo de enfermedades. El también coordinador del grupo de reumatología del Instituto de Investigación Biomédica de A Coruña (Inibic) menciona la artritis reumatoide y la artrosis, enfermedades que se pueden presentar de forma muy heterogénea. «Dos pacientes con el mismo diagnóstico pueden tener mecanismos biológicos, velocidad de progresión, carga inflamatoria, comorbilidades y una respuesta

terapéutica muy diferentes». Por ello, la tendencia actual en estas enfermedades (al igual que en el resto de patologías expuestas) es integrar múltiples biomarcadores en herramientas integradas que transforman datos dispersos en una estimación práctica.

La artritis reumatoide es una enfermedad autoinmune sistémica en la que el diagnóstico temprano y el tratamiento precoz modifican el pronóstico. Se calcula que la padecen cerca de 25.000 gallegos. «En la práctica clínica ya se utilizan biomarcadores como el factor reumatoide (una proteína del sistema inmunitario), los anticuerpos anti-péptidos citrulinados (una prueba conocida como anti-CCP, que es un análisis de sangre), la proteína C reactiva (PCR), la velocidad de sedimentación globular o genes como el HLA-DR1. Estos marcadores ayudan al diagnóstico, la clasificación del riesgo y al seguimiento de la inflamación, aunque no explican por sí solos toda la variabilidad clínica», detalla Blanco. Su grupo de investigación ha trabajado en la construcción de herramientas que integran biomarcadores y variables clínicas para responder a necesidades concretas. En el caso de la artritis reumatoide, han creado OPTBIO y PROMET, «dos herramientas que, en una enfermedad en la que existen múltiples opciones terapéuticas y posibles evoluciones, ayudan a seleccionar la mejor estrategia para cada paciente».

Por otro lado, aunque la artrosis ha sido considerada durante mucho tiempo una enfermedad puramente mecánica y asociada al envejecimiento, «hoy se entiende como un proceso inflamatorio de bajo grado que afecta a toda la articulación», remarca Blanco. «La discordancia frecuente entre el dolor, la radiografía y el daño estructural hace especialmente necesaria la búsqueda de biomarcadores que permitan comprender mejor la enfermedad de cada paciente», amplía. En este caso han desarrollado DiTOBA, «una herramienta que ayudar a identificar subgrupos de pacientes que requieren estrategias diferenciadas, integrando información relevante de la enfermedad (clínica, biomarcadores, variables de imagen y datos de evolución) para tomar mejores decisiones». Por todo esto, Blanco lo tiene claro: «Lo importante no es acumular pruebas, sino integrar la información para tomar mejores decisiones».

Publicidad

Cáncer

Rafael López, además de ser jefe de oncología en el CHUS, preside la Asociación Española de Investigación sobre el Cáncer (Aseica).PACO RODRÍGUEZ

«La biopsia líquida nos permite espiar al tumor y prescribir mejor los tratamientos para abordar el cáncer»

Cuando se forma un tumor, las células tumorales liberan fragmentos de material genético a la sangre. La biopsia líquida es una prueba mínimamente invasiva que permite detectar en sangre esos fragmentos de ADN, ofreciendo una visión global y dinámica de la enfermedad sin tener que recurrir a procedimientos más invasivos. Su avance en los últimos años ha sido «muy significativo», en palabras de Rafael López, presidente de la Asociación Española de Investigación sobre el Cáncer (Aseica). También se encuentra en «un período de transición: de algunas situaciones clínicas en las que ya se está utilizando y otras en las que se prevé o que los clínicos queremos empezar a implementar», añade.

Para explicar sus utilidades, López, que es jefe de Oncología del Complejo Hospitalario Universitario de Santiago (CHUS), menciona varias circunstancias. Las primeras, en cáncer avanzado, cuando hay metástasis: «La biopsia líquida resulta útil para elegir el mejor tratamiento en ese momento y para estudiar los mecanismos de resistencia en un futuro, saber qué fármacos podrán actuar ante ellos. Además, nos permite monitorizar la enfermedad: espiar al tumor y prescribir mejor los tratamientos para abordar ese cáncer». Otra situación en la que resulta útil, de esta vez en cánceres localizados, «sería en lo que nosotros llamamos

enfermedad mínima residual: saber si queda tumor o no». Esta última variable se ha estudiado, sobre todo, en pacientes de cáncer de colon que, «después de una cirugía, presentan ADN tumoral circulante en sangre». Permite identificar qué pacientes pueden beneficiarse de tratamientos adicionales y cuáles pueden evitar terapias innecesarias.

En resumen, la biopsia líquida permite monitorizar la evolución del tumor en tiempo real, detectar mecanismos de resistencia a los tratamientos y anticipar recaídas antes de que sean visibles mediante técnicas de imagen convencionales, lo que supone una ventaja clínica significativa. No obstante, López menciona otra posible aplicación que «todavía es un sueño», pero que espera que llegue a cumplirse: la detección precoz del cáncer. «Esto aún se encuentra en proceso de investigación. Aunque en Estados Unidos ya se ha comercializado un test que es capaz de detectar una veintena de tumores distintos, no cumpliría los estándares europeos en cuanto a sensibilidad y especificidad», explica.

Publicidad

Entre los principales beneficios de la biopsia líquida también está la capacidad para mejorar la calidad de vida de los pacientes. Al permitir ajustar la intensidad del tratamiento y evitar terapias innecesarias, reduce la toxicidad, la carga emocional y el impacto en la vida diaria. «Estamos en un momento clave para impulsar su incorporación progresiva, ordenada y basada en la evidencia científica dentro del Sistema Nacional de Salud», asegura el presidente de la Aseica. Una iniciativa que también cuenta con el apoyo de la Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM).

Comentar

Neurología

Hasta el 80% de los pacientes con esclerosis múltiple experimenta un dolor que permanece infradiagnosticado

- * *Expertos piden un abordaje multidisciplinar para tratar un síntoma que afecta a la calidad de vida*
- * [Huelga en la sanidad pública este viernes: los hospitales se enfrentan a un parón masivo de técnicos sanitarios](#)
- * [Descubren el origen de la pérdida de masa muscular en una enfermedad pulmonar crónica y no es el músculo](#)

[Gaceta de Salud](#)

Madrid • 29/05/2026 - 17:54

La Sociedad Española Multidisciplinar del Dolor (SEMDOR) ha advertido de que **el impacto del dolor en las personas con esclerosis múltiple (EM) continúa siendo una realidad infradiagnosticada e infratratada.**

Con motivo del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, que se conmemora este 30 de mayo, SEMDOR ha señalado que, aunque la enfermedad suele asociarse a síntomas motores o neurológicos visibles, el dolor es uno de los síntomas



de los pacientes con esclerosis múltiple experimentan dolor a lo largo de la enfermedad, incluyendo dolor neuropático, musculoesquelético, espasticidad dolorosa, neuralgia del trigémino o cefaleas asociadas.

"La esclerosis múltiple no solo afecta al sistema nervioso; afecta profundamente a la calidad de vida, al descanso, al estado emocional y a la capacidad funcional de los pacientes. Y el dolor juega un papel clave en todo ello", ha indicado el presidente de SEMDOR, Luis Miguel Torres.

Desde SEMDOR resaltan que muchos pacientes tardan años en recibir un abordaje adecuado del dolor asociado a la EM, en parte porque algunos síntomas continúan normalizándose o considerándose secundarios frente a otros aspectos de la enfermedad. "El dolor crónico asociado a la esclerosis múltiple puede provocar aislamiento social, empeoramiento de la salud mental, alteraciones del sueño y pérdida de autonomía. No podemos seguir tratándolo como un síntoma menor", añade el presidente de SEMDOR.

La sociedad científica insiste en la **necesidad de avanzar hacia modelos de atención multidisciplinar** que integren neurología, unidades de dolor, rehabilitación, psicología, enfermería y fisioterapia, especialmente en patologías complejas y fluctuantes como la esclerosis múltiple. Investigación y abordajes personalizados.

INVESTIGACIÓN Y ABORDAJES PERSONALIZADOS

SEMDOR destaca además la importancia de continuar impulsando la investigación en dolor neuropático y neuroinflamación, así como desarrollar estrategias terapéuticas más individualizadas que permitan mejorar la funcionalidad y la calidad de vida de los pacientes.

Actualmente, el abordaje del dolor en esclerosis múltiple combina tratamientos farmacológicos, rehabilitación física, terapias intervencionistas, ejercicio terapéutico, apoyo psicológico y educación sanitaria, entre otras herramientas adaptadas a cada paciente.

"Visibilizar el dolor también es reconocer el sufrimiento de miles de personas que conviven cada día con síntomas que muchas veces no se ven. **Necesitamos más investigación, más coordinación y más escucha**", concluye Torres.

Relacionados

[Anaïs Legand, experta en virus de la OMS: "El ébola es una enfermedad terrible; llega porque cuidas de tu pareja o de tu madre"](#)

[Los pacientes defienden "rediseñar" el sistema sanitario para centrarse en la cronicidad y el envejecimiento](#)

[Descubren el origen de la pérdida de masa muscular en una enfermedad pulmonar crónica y no es el músculo](#)

[Resonancia y navegación 7D: así es la nueva cirugía de escoliosis para adolescentes del Hospital La Fe](#)

Los contenidos publicados en Gaceta de Salud han sido elaborados con afirmaciones, datos y declaraciones procedentes de instituciones oficiales y profesionales sanitarios recogidos por un grupo de periodistas especializados en el sector. Recomendamos al lector consultar cualquier duda relacionada con la salud ante un profesional del ámbito sanitario.



Start Download (gratis)

One Click

Abrir



Vida Saludable

Salud, Vida Saludable

29 Mayo, 2026

Tecnología para dormir mejor: apps y dispositivos que funcionan (de verdad)



0:00 / 0:46



Por: Equipo de redacción

(ENNews)

horarios irr
adultos en
según la E
hayan prol
el colchón

Pero, ¿has
informació

One Click

Start Download
(gratis)



médicas utilizadas en laboratorios especializados, así que los resultados no deben tomarse como tal.

Todos estos dispositivos utilizan sensores que recopilan señales biométricas que, combinadas, ayudan a saber si estamos despiertos, en sueño ligero o en fases más profundas: acelerómetros para detectar movimiento, sensores ópticos para medir el ritmo cardíaco, temperatura de la piel o niveles de oxígeno en sangre, entre otros.

Los relojes inteligentes y pulseras de actividad son actualmente los dispositivos más populares para monitorizar el descanso. Modelos de marcas como Apple, Fitbit o Samsung registran automáticamente cuándo nos dormimos, cuánto tiempo descansamos y cómo se distribuyen las fases del sueño. En el caso del Apple Watch Series 11, por ejemplo, todas las mañanas reciben una notificación resumiendo cómo ha ido la noche con una puntuación del 1 al 100. Dice cosas como: “El rato que te has desvelado esta noche ha influido en tu puntuación, que se ha quedado en 64”. Además, desde la app hay acceso a muchos datos relacionados con la frecuencia respiratoria, la cardíaca, constantes vitales... y estadísticas por semanas, meses o periodos de medio año. Es precisamente aquí donde tienen mayor utilidad estos dispositivos, porque nos permiten observar tendencias y detectar patrones y funcionan como herramientas de conciencia y cambio de hábitos. Al mostrar datos sobre duración del sueño, regularidad o interrupciones, pueden ayudar a identificar comportamientos problemáticos: acostarse demasiado tarde, usar pantallas antes de dormir o dormir menos de siete horas.

Algo similar sucede con los anillos inteligentes, uno de cuyos puntos fuertes es precisamente el seguimiento del sueño: integran sensores de frecuencia cardíaca, variabilidad del ritmo cardíaco (HRV) y temperatura corporal en un formato mucho más pequeño que las pulseras y relojes. La ventaja principal es la comodidad: muchas personas prefieren dormir con un anillo que con un reloj voluminoso. La desventaja es que dependen igualmente de algoritmos indirectos, por lo que comparten las mismas limitaciones de precisión que otros *wearables*.

Como alternativa a los tapones tradicionales, los Soundcore Sleep A30 son unos auriculares inalámbricos diseñados específicamente para dormir. A diferencia de los convencionales, incorporan cancelación activa de ruido (ANC) pensada para reducir sonidos nocturnos como ronquidos, tráfico o electrodomésticos, pudiendo atenuar hasta unos 30 dB de ruido ambiental. A través de una app, se elige si reproducir música, podcasts o paisajes sonoros relajantes, así como sonidos de ruido blanco o audio con latidos binaurales pensados para facilitar la relajación y conciliar el sueño.

Los auriculares también incluyen funciones de monitorización del sueño, con datos sobre duración del descanso o posición al dormir, además de alarmas personales que despiertan solo al usuario. La batería ofrece entre 6 y 9 horas de reproducción según el modo de uso, ampliables hasta unas 45 horas con el estuche de carga.



infosalus / **investigación**

El dolor, uno de los síntomas más invisibilizados de la esclerosis múltiple

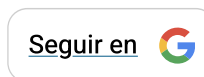




Archivo - Imagen de recurso de un niño en silla de ruedas.
- GAYSORN EAMSUMANG/ISTOCK - Archivo

Infosalus

Actualizado: viernes, 29 mayo 2026 17:12



MADRID, 29 May. (EUROPA PRESS) -

La Sociedad Española Multidisciplinar del Dolor (SEMDOR) ha advertido de que el impacto del dolor en las personas con esclerosis múltiple (EM) continúa siendo una realidad infradiagnosticada e infratratada.

Con motivo del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, que se conmemora este 30 de mayo, SEMDOR ha señalado que, aunque la enfermedad suele asociarse a síntomas motores o neurológicos visibles, el dolor es uno de los síntomas más frecuentes y discapacitantes.

La esclerosis múltiple es una enfermedad neurodegenerativa,







En este contexto, SEMDOR recuerda que diferentes estudios estiman que entre el 50 por ciento y el 80 por ciento de los pacientes con esclerosis múltiple experimentan dolor a lo largo de la enfermedad, incluyendo dolor neuropático, musculoesquelético, espasticidad dolorosa, neuralgia del trigémino o cefaleas asociadas.

"La esclerosis múltiple no solo afecta al sistema nervioso; afecta profundamente a la calidad de vida, al descanso, al estado emocional y a la capacidad funcional de los pacientes. Y el dolor juega un papel clave en todo ello", ha indicado el presidente de SEMDOR, Luis Miguel Torres.

Te puede gustar

Mueren ahogadas madre y abuela de un niño al intentar rescatarlo en la presa de Baños de Cerrato (Palencia)

[Europa Press](#)

Alzheimer: descubren un nuevo método que detecta el doble de casos antes de los síntomas

[Europa Press](#)

Las FP que buscan hoy las empresas

[Universae](#) | [Patrocinado](#)

Contáctanos

Desde SEMDOR resaltan que muchos pacientes tardan años en recibir un abordaje adecuado del dolor asociado a la EM, en parte porque algunos síntomas continúan normalizándose o considerándose secundarios frente a otros aspectos de la enfermedad. "El dolor crónico asociado a la esclerosis múltiple puede provocar aislamiento social, empeoramiento de la salud mental, alteraciones del sueño y pérdida de autonomía. No podemos seguir tratándolo como un síntoma menor", añade el presidente



de atención multidisciplinar que integren neurología, unidades de dolor, rehabilitación, psicología, enfermería y fisioterapia, especialmente en patologías complejas y fluctuantes como la esclerosis múltiple. Investigación y abordajes personalizados.

INVESTIGACIÓN Y ABORDAJES PERSONALIZADOS

SEMDOR destaca además la importancia de continuar impulsando la investigación en dolor neuropático y neuroinflamación, así como desarrollar estrategias terapéuticas más individualizadas que permitan mejorar la funcionalidad y la calidad de vida de los pacientes.

Actualmente, el abordaje del dolor en esclerosis múltiple combina tratamientos farmacológicos, rehabilitación física, terapias intervencionistas, ejercicio terapéutico, apoyo psicológico y educación sanitaria, entre otras herramientas adaptadas a cada paciente.

"Visibilizar el dolor también es reconocer el sufrimiento de miles de personas que conviven cada día con síntomas que muchas veces no se ven. Necesitamos más investigación, más coordinación y más escucha", concluye Torres.

Artículos Relacionados >



Identifican "huellas antivirales" distintas según el tipo de esclerosis múltiple, lo que apunta a "terapias dirigidas"



La Fundación GAEM exige que la inversión pública en la investigación de la esclerosis múltiple se multiplique por diez



“Ahora... ¡Al abordaje!”, lema del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple 2026

29 MAY 2026

La Fisioterapia no solo ayuda a los pacientes a mantener la función física y la independencia y retrasar los síntomas, sino que también les apoya y acompaña durante todas las etapas de la Esclerosis Múltiple





Como cada 30 de mayo, mañana sábado se conmemora el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, cuyo lema, escogido por la Asociación Esclerosis Múltiple España para 2026 es “Ahora... ¡Al abordaje!”, que aboga por un abordaje inmediato, integral, coordinado y colaborativo de la Esclerosis Múltiple, e independiente del código postal, que pueda mejorar la experiencia de diagnóstico y la calidad de vida de las personas afectadas por la Esclerosis Múltiple.

La Esclerosis Múltiple es una enfermedad crónica autoinmune, desmielinizante y neurodegenerativa del Sistema Nervioso Central. Afecta a alrededor de 2,9 millones de personas en todo el mundo, y a 60.000 en España, donde cada año se diagnostican 1.900 nuevos casos, según la Sociedad Española de Neurología. Suele diagnosticarse entre los 20 y los 40 años, en una etapa vital especialmente activa a nivel personal y profesional.

Los síntomas más habituales son la fatiga, problemas de visión, hormigueos, vértigos y mareos, debilidad muscular, depresión, ansiedad, espasmos y problemas de equilibrio y coordinación. Muchos de ellos son ‘invisibles’, pero tienen un fuerte impacto en la vida cotidiana, al empleo, la familia, las relaciones sociales y la autonomía personal de las personas con Esclerosis Múltiple.

Las especialidades sanitarias que se ocupan de atender a las personas afectadas por Esclerosis Múltiple son neurología, atención primaria, enfermería, psicología/psiquiatría y, por supuesto, fisioterapia.

El informe del estudio “Impacto de los Síntomas de la Esclerosis Múltiple (IMSS) en España”, indica que la fisioterapia se encuentra a la cabeza de las terapias o tratamientos que reciben las personas afectadas por Esclerosis Múltiple, además de ser una de las profesiones con más implicación en el tratamiento de la enfermedad.

Por lo tanto, la Fisioterapia desempeña un papel fundamental en el manejo de la Esclerosis Múltiple al abordar los síntomas físicos. Los y las fisioterapeutas diseñan programas de ejercicio personalizados para ayudar a mantener la fuerza muscular, mejorar el equilibrio y la coordinación, además de prevenir la rigidez muscular.

Además, la Fisioterapia puede ayudar a los pacientes a adaptarse a los cambios físicos causados por la Esclerosis Múltiple, proporcionando técnicas y dispositivos de movilidad que faciliten la vida diaria.

En resumen, la Fisioterapia no solo ayuda a los pacientes a mantener la función física y la independencia y retrasar los síntomas, sino que también les apoya y acompaña durante todas las etapas de la Esclerosis Múltiple.

En el mes de mayo de 2023, el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha publicó, en su canal de YouTube un videoconsejo denominado “La aportación de la Fisioterapia a los pacientes de Esclerosis Múltiple”, que se puede [ver pulsando sobre este enlace](#).



Publicidad



Iniciar sesión Registrarse

Buscar...

Ento [Inicio](#) [Invest](#) [Acer](#) [In](#) [La](#) [Acer](#) [Ingresar](#) [Curso](#) [Revu](#)

Canon

Publicidad



MEDIO ACREDITADO PARA LA INNOVACIÓN MÉDICA

[Sociedades científicas](#) [Neurología](#)

El retraso en el diagnóstico de esclerosis múltiple puede alcanzar hasta los tres años

Con motivo del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, la SEN alerta de que el número de personas afectadas en el mundo ha superado los 3 millones (+26% en una década), con mayor incidencia en mujeres (68% en España) y en población pediátrica. Reclaman diagnóstico temprano, acceso equitativo a tratamientos y más investigación en formas progresivas (10-15% de los casos).



[GUARDAR](#) [Twitter](#) [Facebook](#) [LinkedIn](#) [Email](#) [Print](#)

[Reproducir](#)

29/05/2026

El sábado 30 de mayo se conmemora el **Día Mundial de la Esclerosis Múltiple**, una enfermedad neurológica crónica, autoinmune e inflamatoria del sistema nervioso central que es una de las **principales causas de discapacidad en adultos jóvenes**. Un día en el que, internacionalmente, se vuelve a poner el foco en la importancia de lograr un diagnóstico temprano y preciso para todas las personas afectadas.

Según los últimos datos del **Atlas de la Esclerosis Múltiple**, el número de personas con esclerosis múltiple en todo el mundo ha pasado de **2,3 millones en 2013 a 2,8 millones en 2020 y a 2,9 millones en 2023**, unas cifras que permiten estimar que actualmente ya podría haber más de 3 millones de personas afectadas por esta enfermedad. Por lo tanto, en la última década, el número de personas diagnosticadas de esclerosis múltiple en el mundo ha aumentado en más de un 26%. Un incremento se relaciona, en parte, con una mayor concienciación y a la mejora de las técnicas diagnósticas. No obstante, también se está observando un mayor número de diagnósticos en mujeres y en población pediátrica, por razones sobre cuyas causas aún se sigue investigando. En España, según datos actualizados de la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, la esclerosis múltiple afectaría a más de 58.000 personas y cada año se diagnostican alrededor de 2.000 nuevos casos.

"La esclerosis múltiple es una enfermedad en la que se produce una respuesta anómala del sistema inmunitario contra el sistema nervioso central, dañando la mielina, la capa que protege las fibras nerviosas. Cuando este daño se produce, la transmisión de los impulsos nerviosos se altera, dando lugar a síntomas muy diversos. Por eso, cuando hablamos de esclerosis múltiple, hablamos de una enfermedad muy heterogénea, en la que no todos los pacientes presentan los mismos síntomas, ni la misma evolución, ni el mismo grado de discapacidad", explica la Dra. Ana Belén Caminero, coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la Sociedad Española de Neurología.

Los síntomas de la esclerosis múltiple dependen, por lo tanto, de las zonas del cerebro y de la médula espinal que se vean afectadas. Entre los síntomas más frecuentes se encuentran la fatiga, la debilidad, los trastornos de sensibilidad, los problemas de visión, las alteraciones del equilibrio y la coordinación, los espasmos musculares, los problemas esfinterianos y, en algunos casos, alteraciones cognitivas y emocionales. El dolor, además, está presente en más de la mitad de los pacientes.

Aunque la enfermedad puede aparecer a cualquier edad, **suele debutar entre los 20 y los 40 años**, una etapa especialmente activa desde el punto de vista personal, familiar, laboral y social. Por esta razón, la esclerosis múltiple es una de las principales causas de discapacidad no traumática en adultos jóvenes. Además, afecta al menos al doble de mujeres que de hombres, si bien en los hombres la evolución puede ser más agresiva y asociarse a una progresión más rápida de la discapacidad. Los últimos datos manejados por la SEN apuntan a que en España el 68% de las personas diagnosticadas son mujeres y que la edad media de inicio de la enfermedad se sitúa en los 32 años.

La mayoría de los pacientes presentan inicialmente formas remitentes-recurrentes, caracterizadas por la aparición de brotes o episodios de déficit neurológico seguidos de periodos de recuperación parcial o completa. Sin embargo, en un porcentaje de pacientes la enfermedad puede tener desde el inicio una evolución progresiva o evolucionar con los años hacia un empeoramiento progresivo. Precisamente, las formas progresivas siguen representando uno de los principales retos terapéuticos, ya que todavía existen menos opciones de tratamiento para estos pacientes, que suponen aproximadamente entre el 10% y el 15% de los casos.

"Y otro de los grandes retos sigue siendo reducir el tiempo que transcurre desde la aparición de los primeros síntomas hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento. En España, el retraso medio hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento se sitúa entre uno y dos años, pero puede alcanzar hasta tres años en al menos un 20% de los pacientes", señala la Dra. Ana Belén Caminero. "Mejorar los tiempos de diagnóstico es importante porque cuanto antes se diagnostique la enfermedad, antes podremos actuar para frenar su progresión y retrasar la acumulación de discapacidad".

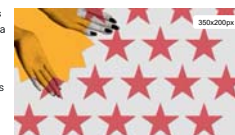
A nivel mundial, el **retraso en el diagnóstico aún es un problema mayor**. Aunque, actualmente, cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple en el mundo, en al menos el 83% de los países existen dificultades para acceder a un diagnóstico temprano, especialmente en aquellos con menos recursos. Entre los principales obstáculos se encuentran la falta de conocimiento de los síntomas entre la población, la escasez de profesionales formados, las dificultades para acceder a pruebas diagnósticas y el acceso desigual a los sistemas sanitarios.

"En los últimos años se han producido avances muy relevantes en el diagnóstico. La resonancia magnética permite detectar lesiones con mayor precisión, y también se ha avanzado en el análisis del líquido cefalorraquídeo y de marcadores biológicos en sangre. Por lo que aunque todavía no disponemos de un único biomarcador que confirme por sí solo la enfermedad, cada vez contamos con más herramientas para diagnosticar antes y con mayor seguridad", destaca la Dra. Ana Belén Caminero. "Y hoy, el abordaje de la esclerosis múltiple es muy diferente al de hace unos años. Disponemos de terapias capaces de cambiar el pronóstico de muchos pacientes, y seguimos avanzando hacia una medicina más personalizada, que permita seleccionar la mejor estrategia terapéutica en función del perfil y la evolución de cada persona. Pero para que estos avances tengan el mayor impacto posible, es imprescindible que el diagnóstico llegue pronto y que los pacientes puedan acceder de forma rápida y equitativa a los tratamientos y recursos que necesitan. Y no solo hablamos de tratamientos farmacológicos, la neurorrehabilitación, la fisioterapia, el apoyo psicológico y social, también forman parte esencial del abordaje integral de la enfermedad".

"Con motivo del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple nos gustaría insistir en que diagnosticar antes es tratar antes, y tratar antes significa ofrecer a los pacientes más oportunidades de preservar su autonomía, su calidad de vida y su proyecto vital", concluye la Dra. Ana Belén Caminero. "La concienciación de la sociedad, la formación de los profesionales sanitarios, el acceso a pruebas diagnósticas y el impulso de la investigación –especialmente en las formas progresivas de la enfermedad, donde todavía existen menos opciones terapéuticas– son fundamentales para seguir mejorando la vida de las personas con esclerosis múltiple".

#em #diagnóstico #sen #dia mundial

Autor: IM Médico



Diez claves sobre la esclerosis múltiple: cada 5 minutos se diagnostica un caso en el mundo

 Ana Soteras(<https://efesalud.com/autor/ana/>) | 30 de mayo, 2026

(/x) (/#facebook) (/#whatsapp)
(<https://www.addtoany.com/share#url=https%3A%2F%2Fefesalud.com%2Fesclerosis-multiple-claves-enfermedad%2F&title=Diez%20claves%20sobre%20la%20esclerosis%20m%C3%BAltiple%3A%20cada%205%20minutos%20se%20diagnostica%20un%20caso%20en%20el%20mundo>)

La esclerosis múltiple es una enfermedad neurodegenerativa, autoinmune, crónica y discapacitante que afecta especialmente a personas jóvenes. Cada 5 minutos se diagnostica un caso en el mundo. En el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, el 30 de mayo, analizamos esta patología en diez claves.

La Sociedad Española de Neurología (SEN) insiste en la importancia de la detección precoz y precisa de la esclerosis múltiple con el fin de poder frenar su progresión con las terapias de última generación.

Se trata de una enfermedad muy heterogénea por sus diferentes manifestaciones, por eso se conoce como la "enfermedad de las mil caras".

1. ¿Qué desencadena la esclerosis múltiple?

Se produce por una respuesta anómala del sistema inmunitario contra el sistema nervioso central, una inflamación que daña la mielina, la capa que protege las fibras nerviosas, alterando la transmisión de los impulsos nerviosos y generando síntomas muy diversos.

"Por eso no todos los pacientes presentan los mismos síntomas, ni la misma evolución, ni el mismo grado de discapacidad", explica la doctora Ana Belén Caminero, coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la SEN.

2. ¿Cuál es el perfil de los pacientes?

Aunque la enfermedad puede aparecer a cualquier edad, suele debutar entre los 20 y los 40 años, una etapa especialmente activa desde el punto de vista personal, familiar, laboral y social. Por esta razón, la esclerosis múltiple es una de las principales causas de discapacidad no traumática en adultos jóvenes.

Además, afecta al menos al doble de mujeres que de hombres, si bien en los hombres la evolución puede ser más agresiva y asociarse a una progresión más rápida de la discapacidad.

Los últimos datos de la SEN apuntan a que en España el 68% de las personas diagnosticadas son mujeres y que la edad media de inicio de la enfermedad se sitúa en los 32 años.



EFE/Juan Herrero.

3. Las cifras de la enfermedad en el mundo y en España

Otra de las claves de la esclerosis múltiple es el incremento de la enfermedad. Según los datos del Atlas de la Esclerosis Múltiple citados por la SEN, el número de personas con esclerosis múltiple en todo el mundo ha pasado de 2,3 millones en 2013 a 2,9 millones en 2023, un aumento del 26 %.

Este aumento se relaciona, en parte, con una mayor concienciación y a la mejora de las técnicas diagnósticas. No obstante, también se está observando un mayor número de diagnósticos en mujeres y en población pediátrica, por razones que se siguen investigando.

España, según datos actualizados de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la esclerosis múltiple afectaría a más de 58.000 personas y cada año se diagnostican alrededor de 2.000 nuevos casos.

4. Una gran variedad de síntomas

Los síntomas de la esclerosis múltiple dependen, por lo tanto, de las zonas del cerebro y de la médula espinal que se vean afectadas.

Entre los síntomas más frecuentes se encuentran:

- Fatiga.
- Debilidad.
- Trastornos de sensibilidad.
- Problemas de visión.
- Alteraciones del equilibrio y la coordinación.
- Espasmos musculares.
- En algunos casos, alteraciones cognitivas y emocionales.
- El dolor está presente en más de la mitad de los pacientes.

5. Tipos de esclerosis múltiple

La mayoría de los pacientes presentan inicialmente formas remitentes-recurrentes, caracterizadas por la aparición de brotes o episodios de déficit neurológico seguidos de periodos de recuperación parcial o completa.

Sin embargo, en un porcentaje de pacientes la enfermedad puede tener desde el inicio una evolución progresiva o evolucionar con los años hacia un empeoramiento progresivo. Esta esclerosis múltiple progresiva sigue representando uno de los principales retos terapéuticos, ya que todavía existen menos opciones de tratamiento para estos pacientes, que suponen aproximadamente entre el 10% y el 15% de los casos.

6. Otro desafío, la detección precoz

Reducir el tiempo que transcurre desde la aparición de los primeros síntomas hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento es otra de las claves para abordar la esclerosis múltiple.

En España, el retraso medio hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento se sitúa entre uno y dos años, pero puede alcanzar hasta tres años en al menos un 20% de los pacientes.

"Mejorar los tiempos de diagnóstico es importante porque cuanto antes se diagnostique la enfermedad, antes podremos actuar para frenar su progresión y retrasar la acumulación de discapacidad", subraya la neuróloga.

Aunque, actualmente, cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple en el mundo, en al menos el 83 % de los países existen dificultades para acceder a un diagnóstico temprano, especialmente en aquellos con menos recursos.

La falta de conocimiento de los síntomas entre la población, la escasez de profesionales formados, las dificultades para acceder a pruebas diagnósticas y el acceso desigual a los sistemas sanitarios.

7. Avances en el diagnóstico

En los últimos años se han producido avances muy relevantes en el diagnóstico. La resonancia magnética permite detectar lesiones con mayor precisión, y también se ha avanzado en el análisis del líquido cefalorraquídeo y de marcadores biológicos en sangre.

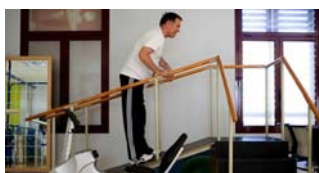
Aunque todavía no se dispone de un único biomarcador que confirme por sí solo la enfermedad, cada vez se dispone de más herramientas para diagnosticar antes y con mayor seguridad, según la SEN (<https://www.sen.es/>).

8. Las nuevas terapias

En la actualidad, el abordaje de la esclerosis múltiple es muy diferente al de hace unos años ya que existen terapias capaces de cambiar el pronóstico de muchos pacientes.

Son tratamientos modificadores que no curan la EM ni alivian los síntomas, sin embargo, pueden modificar su curso y reducir la cantidad de brotes y lesiones en la resonancia magnética cerebral, y retrasar el incremento de la discapacidad, según la asociación de pacientes **Esclerosis Múltiple España**.

No solo son los tratamientos farmacológicos, también la neurorrehabilitación, la fisioterapia, el apoyo psicológico y social forman parte esencial del abordaje integral de la enfermedad.



Un paciente con esclerosis múltiple realiza sus ejercicios de rehabilitación/EFE/
Javier Cebollada

9. Un estilo de vida saludable, otra de las claves para la esclerosis múltiple

Los pacientes con esclerosis múltiple pueden mejorar su calidad de vida con unos hábitos saludables.

Todas las personas con esta enfermedad, independientemente de su evolución o nivel de discapacidad, pueden realizar algún tipo de actividad física. El ejercicio habitual y moderado puede ayudar a aliviar muchos síntomas.

La alimentación parece tener cierta importancia en la Esclerosis Múltiple. Es fuente importante de vitamina D, afecta a la composición de la flora intestinal (que parece tener relevancia en la actividad del sistema inmune) y beneficia a la salud en general. Una dieta variada, equilibrada y sana es imprescindible.

Y para evitar riesgos hay que huir del tabaco, del alcohol, del sobrepeso y obesidad, del estrés y propiciar el descanso nocturno.

10. ¿Cómo afecta el embarazo a la esclerosis múltiple?

El embarazo (<https://efesalud.com/esclerosis-embarazo-esclerosis-multiple-efectos/>) tiene un efecto protector en la esclerosis múltiple al reducir los brotes con los que cursa esta enfermedad neurodegenerativa y se debe al aumento de los estrógenos, de la progesterona y también de la prolactina, que tienen un efecto antiinflamatorio.

Los neurólogos destacan la necesidad de planificar el embarazo para que no interfiera con los tratamientos modificadores que frenan la progresión de esta patología.

CEREBRO (<https://efesalud.com/cerebro/>)

ETIQUETAS

ENFERMEDADES NEURODEGENERATIVAS (<https://efesalud.com/enfermedades-neurodegenerativas/>)

PACIENTES (<https://efesalud.com/pacientes/>)

Artículos relacionados



Así es la atención a la salud cardiovascular en España: fortalezas y debilidades según este informe (<https://efesalud.com/asi-es-la-atencion-a-la-salud-cardiovascular-en-espana-fortalezas-y-debilidades-informe/>)

1 de junio, 2026



patologías ya constituyen la primera causa de discapacidad y la segunda de muerte en el país, según refleja el Ministerio de Sanidad en su «*Estrategia en salud mental del Sistema Nacional de Salud del 2023*». Aunque la tradicional división entre salud mental y física se disipa, abriendo paso a una nueva era en su abordaje, en el aumento de casos también puede influir la mayor capacidad de diagnóstico. Pero varios desafíos se encuentran encima de la mesa: nuestra incapacidad para convivir con el malestar, la pérdida de identidad de los jóvenes, las dificultades de equilibrio entre la salud mental y el ámbito laboral, y un envejecimiento poblacional que seguirá en aumento. «El reto no será solo científico, sino organizativo y social», avanza **Marina Díaz Marsá**, presidenta de la Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental y jefa de sección del Hospital Clínico San Carlos de Madrid, en el marco del I Seminario de Periodistas de Neurociencias organizado por Lundbeck.

PUBLICIDAD

Cambios sociales: estrés, redes sociales y falta de vínculos personales

Resulta imposible hablar de salud sin poner el foco en la cerebral y esta, no solo es la ausencia de enfermedad. También incluye bienestar emocional, funcionamiento cognitivo, capacidad social, creatividad, productividad y resiliencia emocional. Sobre esta última: «La estamos perdiendo en nuestros jóvenes», asegura Díaz Marsá.

La Organización Mundial de la Salud define el malestar de la vida cotidiana como las emociones negativas y el estrés que experimentamos de forma normal como parte de nuestras vidas diarias. Es decir, es una reacción normal ante las adversidades de la vida, suele ser temporal y proporcional a la situación y, aunque incluye tristeza, ansiedad, frustración o ira, su intensidad es manejable. No interfiere de forma significativa en el funcionamiento diario. «Se solucionan con nuestras propias capacidades o con el apoyo de familiares y amigos», subraya Marsá.

«La mayoría de los jóvenes que llenan nuestras plantas de salud mental tiene problemas con la identidad. Y si uno no la tiene, pierde ese motor que hace que uno se levante cada mañana, que se atreva a explorar, a equivocarse, a tomar decisiones. Por tanto, la identidad, que no tenemos claro en qué parte del cerebro está, pero se encuentra en él, también forma parte del cerebro, la autoconsciencia, de quién es uno mismo y la experiencia humana», explica la presidenta de la Sociedad Española de Psiquiatría. La falta de identidad está debajo de los trastornos de personalidad, de los de conducta alimentaria como la anorexia y la bulimia, de los afectivos y de los trastornos de ansiedad.

A la pregunta de por qué se da esa falta de identidad, Díaz responde que esta depende del apego, de las expectativas que uno mismo tiene y de las que tienen otros sobre lo que tú eres. «Primero, existe una falta de conciliación. **El apego seguro falta en muchos de nuestros jóvenes.** La incorporación de la mujer al mercado laboral es algo bueno, pero no lo es la falta de conciliación, y aquí hablo de ambos sexos. En esta sociedad especialmente productiva nos estamos olvidando de que la crianza es un momento de la vida que implica renunciar a cosas. Les hemos educado en que se puede tener todo, pero no es así».

PUBLICIDAD

El abuso de redes sociales también genera alteraciones en la identidad. «Provocan que te compares con el mundo y genera unas expectativas bastante alejadas de la realidad; cuando la identidad aún se está formando, en la adolescencia, esto tiene su proyección». Díaz remarca que «no es que los jóvenes sean incapaces o no quieran, es que no pueden, y eso se transforma en enfermedad mental».

La carga de los trastornos de la salud mental en España

Los datos poblacionales recientes de bienestar mental desvelan que el 48 % de la población española refiere síntomas depresivos de algún grado. El 64 % considera que podría verse afectado por ansiedad, estrés o depresión, según datos del Estudio Internacional de Salud Mental AXA España 2025, que se ha elaborado a partir de 17.000 encuestas realizadas a personas de entre 18 y 75 años, de 16 países del mundo, entre ellos España. «Esto no equivale necesariamente a diagnóstico psiquiátrico, pero refleja una alta carga emocional, malestar psicológico y un aumento del sufrimiento mental percibido», comenta Díaz.

PUBLICIDAD

Así, la depresión es la principal causa de discapacidad psiquiátrica. «Muchas empresas llaman a la puerta de la Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental para saber qué hacer con las **bajas relacionadas por salud mental**; es un claro problema que afecta a nuestra sociedad», sostiene la presidenta de la entidad. Si bien, subraya que la salud mental no solo depende de las compañías. «La enfermedad mental es de tipo biopsicosocial, tiene que ver con una vulnerabilidad biológica sobre la que aparecen aspectos sociales y personales. El trabajo es un factor más de los muchos que pueden impactar en ella». Es más, tener un desempeño laboral también es protector. «Una persona con trastorno de la salud mental que no se incorpora al ámbito laboral está castigada o abocada al deterioro».

La presidenta de la Sociedad Española de Psiquiatría considera que «las empresas tienen que flexibilizar horarios, facilitar la conciliación y entender que la vida es como un puzzle: para que este encaje hay que dedicarle un poco de tiempo a cada pieza; si alguna se hace más grande, el puzzle no encaja y aparecen los problemas».

PUBLICIDAD

¿Se puede prevenir en la salud del cerebro?

Más de 23 millones de personas en España padecen algún trastorno neurológico, siendo una de las principales causas de discapacidad y dependencia del país. Las enfermedades más frecuentes son la migraña y otras cefaleas, seguidas del ictus, la enfermedad de alzhéimer y otras demencias, el párkinson, la epilepsia, la esclerosis múltiple y la esclerosis lateral amiotrófica (ELA). La buena noticia es que, según la la Sociedad Española de

donde la prevención incluye identificación y manejo de factores desencadenantes, educación del paciente y estilos de vida saludables.

PUBLICIDAD



José Miguez Laínez en el seminario de neurociencias organizado por Lundbeck.

«Una buena reserva cerebral, nos hace más resilientes a las agresiones», afirma **José Miguel Laínez**, jefe del servicio de neurología del Hospital Universitario Casa de Salud de Valencia. «El enriquecimiento cognitivo actúa como reserva cerebral real. En autopsias, quienes mostraron más estimulación vital tuvieron un menor declive que otros pacientes, incluso con acumulación de proteínas amiloide y tau», amplía.

Otro de los hábitos saludables es la actividad física, que reduce el riesgo de deterioro cognitivo y la depresión. «Es mejor *antiaging* que existe, no solo para el cerebro, sino para todo el organismo», subraya. Al igual que un descanso adecuado y el manejo del estrés, ya que el insomnio crónico aumenta riesgo de depresión y ansiedad, mientras que dormir regularmente entre 7 a 9 horas favorece la memoria y las funciones cognitivas.

PUBLICIDAD

La dieta mediterránea, mantener una buena actividad social y evitar la soledad, una buena calidad de sueño y una actitud positiva son importantes. «Y por supuesto, evitar los hábitos tóxicos y controlar los factores de riesgo vascular, así como limitar el tiempo de utilización de pantallas», concluye el experto.



Cinthy Martínez Lorenzo

De Noia, A Coruña (1997). Graduada en Periodismo por la Universidad de Santiago de Compostela, me especialicé en nuevas narrativas en el MPXA. Después de trabajar en la edición local de La Voz de Galicia en Santiago, me embarco en esta nueva aventura para escribir sobre nuestro bien más preciado: la salud.

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 corriente donde está domiciliada la nómina.

Esclerosis Múltiple 2026

El Digital de Albacete • 29 mayo, 2026 - 12:13

Inicio / Noticias Castilla-La Mancha



Añadir El Digital de Albacete como fuente preferida en Google

Como cada 30 de mayo, mañana sábado se conmemora el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, cuyo lema, escogido por la Asociación Esclerosis Múltiple España para 2026 es “Ahora... ¡Al abordaje!”, que aboga por un abordaje inmediato, integral, coordinado y colaborativo de la Esclerosis Múltiple, e independiente del código postal, que pueda mejorar la experiencia de diagnóstico y la calidad de vida de las personas afectadas por la Esclerosis Múltiple.

La Esclerosis Múltiple es una enfermedad crónica autoinmune, desmielinizante



de personas en todo el mundo, y a 60.000 en España, donde cada año se diagnostican 1.900 nuevos casos, según la Sociedad Española de Neurología. Suele diagnosticarse entre los 20 y los 40 años, en una etapa vital especialmente activa a nivel personal y profesional.

Los síntomas más habituales son la fatiga, problemas de visión, hormigueos, vértigos y mareos, debilidad muscular, depresión, ansiedad, espasmos y problemas de equilibrio y coordinación. Esto puede tener un gran impacto en la vida diaria y la autonomía personal.



Las especialidades sanitarias que se ocupan de atender a las personas afectadas por Esclerosis Múltiple son neurología, atención primaria, enfermería, psicología/psiquiatría y, por supuesto, fisioterapia.

--- Continúa leyendo después de la publicidad ---



**Si comes esto antes de irte a dormir,
¡perderás 17 kg en 14 días!**

Prueba este truco





Opel Grandland

Un SUV pensado para conducir con equilibrio, espacio y tecnología avanzada.

El informe del estudio “Impacto de los Síntomas de la Esclerosis Múltiple (IMSS) en España”, indica que la fisioterapia se encuentra a la cabeza de las terapias o tratamientos que reciben las personas afectadas por Esclerosis Múltiple, además de ser una de las profesiones con más implicación en el tratamiento de la enfermedad.

Por lo tanto, la Fisioterapia desempeña un papel fundamental en el manejo de la Esclerosis Múltiple al abordar los síntomas físicos. Los y las fisioterapeutas diseñan programas de ejercicio personalizados para ayudar a mantener la fuerza muscular, mejorar el equilibrio y la coordinación, además de prevenir la rigidez muscular.

Además, la Fisioterapia puede ayudar a los pacientes a adaptarse a los cambios físicos causados por la Esclerosis Múltiple, proporcionando técnicas y dispositivos de movilidad que faciliten la vida diaria.

En resumen, la Fisioterapia no solo ayuda a los pacientes a mantener la función física y la independencia y retrasar los síntomas, sino que también les apoya y acompaña durante todas las etapas de la Esclerosis Múltiple.

En el mes de mayo de 2023, el Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha publicó, en su canal de YouTube un videoconsejo denominado “La aportación de la Fisioterapia a los pacientes de Esclerosis Múltiple”, que se puede ver [pulsando sobre este enlace](#).





Acerca de COFICAM

El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Castilla-La Mancha es una Corporación de Derecho Público, que cuenta con más de 2.000 colegiados



fisioterapeuta a la sociedad y a los castellano-manchegos a través de la promoción de esta ciencia en foros científicos, culturales y sociales.

COFICAM se involucra cada día con el objetivo de promover y favorecer cualquier información acerca de nuestra profesión a los ciudadanos y velar por el uso adecuado del ejercicio de la Fisioterapia en diferentes ámbitos: profesional, instituciones, colegiados y formación.

SERVICIO
24h. ■



Avda. Isabel la Católica, 20
02005 Albacete

T. 967 21 52 05
967 21 58 09
Fax 967 21 58 09

contacto@funerariazafrilla.com

www.funerariazafrilla.com

Te recomendamos



**Si comes esto antes de irte a dormir,
¡perderás 17 kg en 14 días!**

Prueba este truco



Opel Grandland con diseño Vizor 3D

Diseño SUV con frontal Opel Vizor 3D, faros IntelliLux Pixel LED y presencia robusta.



SI

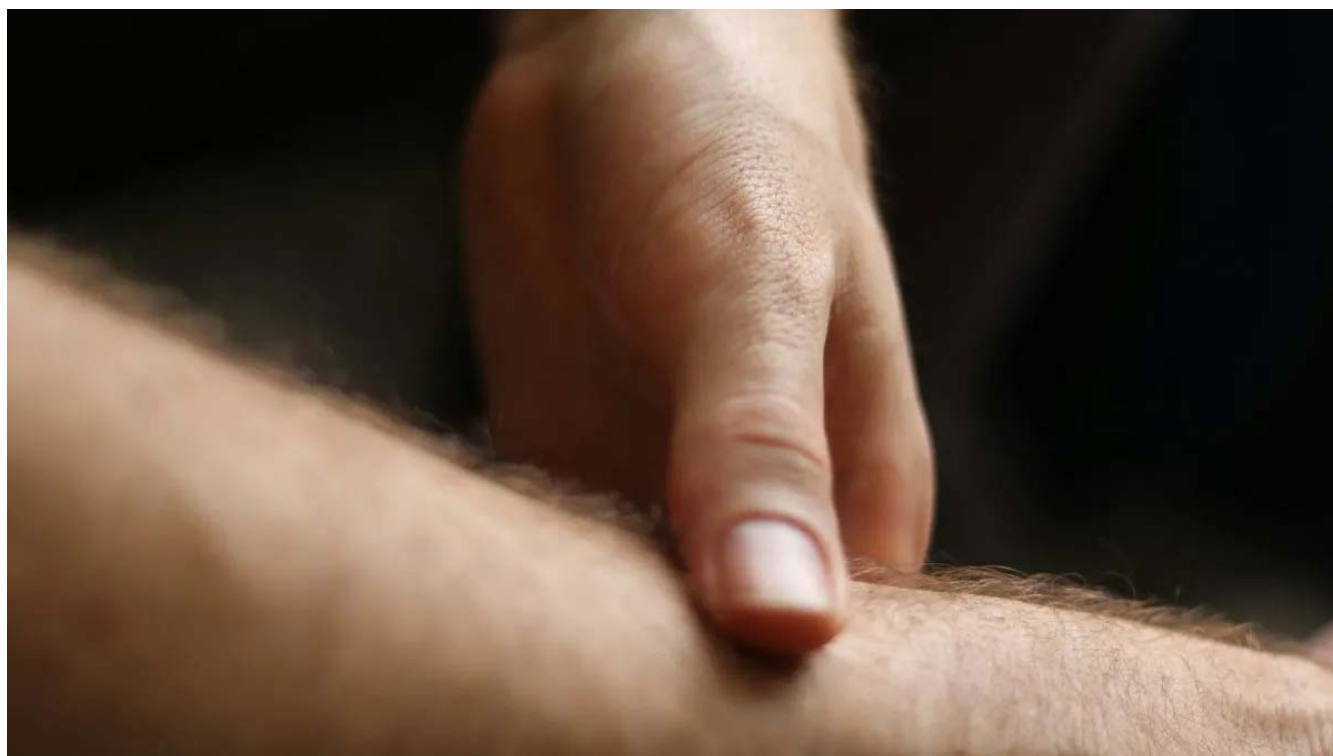
Esclerosis múltiple: así es la enfermedad neurológica crónica que no deja de crecer, sobre todo en adultos jóvenes

En la última década, el número de personas diagnosticadas de esclerosis múltiple en el mundo ha aumentado en más de un 26%, según datos de la Sociedad Española de Neurología. Estos son los síntomas que debes conocer y cuándo deberías acudir a un especialista si algo no va bien.

✓ Fact Checked

Este artículo ha sido realizado y revisado para garantizar que la información sea lo más rigurosa posible y cumpla los estándares de calidad. Parte de estudios científicos que tienen su propio proceso de validación por parte de revistas especializadas en salud, fuentes confiables que son líderes de opinión de Sociedades Científicas, Colegios Profesionales, Universidades y Hospitales de prestigio, entre otros. La información que encontrará a continuación está acreditada en la bibliografía y en otras fuentes enlazadas en el texto. [Más información](#)

Actualizado a: Viernes, 29 Mayo, 2026 14:08:04 CEST



Los trastornos de sensibilidad, la fatiga y la debilidad son síntomas de esta patología (Fotos: Unsplash)



Joanna Guillén Valera

Compartir en



Con motivo del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, que se celebra el 30 de mayo, los expertos de la Sociedad Española de Neurología, recuerdan la importancia de conocer la enfermedad y sus síntomas para detectarla a tiempo. Y es que, se trata de una patología que no deja de crecer. De hecho, según informan, “en la última década, el número de personas diagnosticadas de esclerosis múltiple en el mundo ha aumentado en más de un 26%”. Un incremento que se relaciona, en parte, “con una mayor concienciación y a la mejora de las técnicas diagnósticas”.

No obstante, también se está observando “un mayor número de diagnósticos en mujeres y en población pediátrica”, por razones sobre cuyas causas aún “se sigue investigando”. En España, según datos actualizados de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la esclerosis múltiple afectaría a más de 58.000 personas y cada año se diagnostican alrededor de 2.000 nuevos casos.



La esclerosis múltiple es una enfermedad neurológica crónica, autoinmune e inflamatoria del sistema nervioso central que es una de las principales causas de discapacidad en adultos jóvenes.

Según los últimos datos del Atlas de la Esclerosis Múltiple, el número de personas con esclerosis múltiple en todo el mundo ha pasado de 2,3 millones en 2013 a 2,8 millones en 2020 y a 2,9 millones en 2023, unas cifras que permiten estimar que actualmente ya podría haber más de 3

Noticias relacionadas

- Los retos de la esclerosis múltiple, la enfermedad de las mil caras

millones de personas afectadas por esta enfermedad.

“La esclerosis múltiple es una enfermedad en la que se produce una respuesta anómala del sistema inmunitario contra el sistema nervioso central, dañando la mielina, la capa que protege las fibras nerviosas. Cuando este daño se produce, la transmisión de los impulsos nerviosos se altera, dando lugar a síntomas muy diversos. Por eso, cuando hablamos de esclerosis múltiple, hablamos de una enfermedad muy heterogénea, en la que no todos los pacientes presentan los mismos síntomas, ni la misma evolución, ni el mismo grado de discapacidad”, explica [Ana Belén Caminero](#), coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la Sociedad Española de Neurología.

Síntomas de la esclerosis múltiple

Los síntomas de la esclerosis múltiple dependen de las zonas del cerebro y de la médula espinal que se vean afectadas.

Entre los síntomas más frecuentes se encuentran:

- La fatiga
- La debilidad

- Los trastornos de sensibilidad
- Los problemas de visión
- Las alteraciones del equilibrio y la coordinación
- Los espasmos musculares
- Los problemas esfinterianos

- En algunos casos, alteraciones cognitivas y emocionales
- El dolor, además, está presente en más de la mitad de los pacientes.

Aunque la enfermedad puede aparecer a cualquier edad, los expertos recuerdan que “suele debutar entre los 20 y los 40 años, una etapa especialmente activa desde el punto de vista personal, familiar, laboral y social”. Por esta razón, la esclerosis múltiple es una de las principales causas de discapacidad no traumática en adultos jóvenes.

Además, afecta al menos al doble de mujeres que de hombres, si bien en los hombres la evolución puede ser más agresiva y asociarse a una progresión más rápida de la discapacidad. Los últimos datos manejados por la SEN apuntan a que en España el 68% de las personas diagnosticadas son mujeres y que la edad media de inicio de la enfermedad se sitúa en los 32 años.

La mayoría de los pacientes presentan inicialmente formas remitentes-recurrentes, caracterizadas por la aparición de brotes o episodios de déficit neurológico seguidos de periodos de recuperación parcial o completa. Sin embargo, en un porcentaje de pacientes la enfermedad puede tener desde el inicio una evolución progresiva o evolucionar con los años hacia un empeoramiento progresivo. Precisamente, las formas progresivas siguen representando uno de los principales retos terapéuticos, ya que todavía existen menos opciones de tratamiento para estos pacientes, que suponen aproximadamente entre el 10% y el 15% de los casos.

El diagnóstico precoz, la clave

Los expertos de la SEN recuerdan la importancia de un diagnóstico precoz. “Otro de los grandes retos sigue siendo reducir el tiempo que transcurre desde la aparición de los primeros síntomas hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento”, señala Caminero. En España, “el retraso medio hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento se sitúa entre uno y dos años, pero puede alcanzar hasta tres años en al menos un 20% de los pacientes”. Por eso, “mejorar los tiempos de diagnóstico es importante porque cuanto antes se diagnostique la enfermedad, antes podremos actuar para frenar su progresión y retrasar la acumulación de discapacidad”.

A nivel mundial, el retraso en el diagnóstico aún es un problema mayor. Aunque, actualmente, cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple en el mundo, en al menos el 83% de los países existen dificultades para acceder a un diagnóstico temprano, especialmente en aquellos con menos recursos.



Suscríbete a nuestras notificaciones para recibir solo lo más relevante.



Luego

Suscríbete



MENÚ

[🏠](#) > [Actualidad](#) > [Salud](#) > Cada 5 minutos se diagnostica un caso de esclerosis múltiple

ACTUALIDAD

SALUD

Cada 5 minutos se diagnostica un caso de esclerosis múltiple



Medios Panorama

Mayo 31, 2026 | 05:33 PM | 6 mins de lectura



Suscríbete a nuestras notificaciones para recibir solo lo más relevante.



Luego

Suscríbete

Cada 5 minutos se diagnostica un caso de esclerosis múltiple.

COMPARTIR



Panorama de Salud. – La esclerosis múltiple es una enfermedad neurodegenerativa, autoinmune, crónica y discapacitante que afecta especialmente a personas jóvenes. Cada 5 minutos se diagnostica un caso en el mundo. En el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, el 30 de mayo, analizamos esta patología en diez claves.

La Sociedad Española de Neurología (SEN) insiste en la importancia de la detección precoz y precisa de la esclerosis múltiple con el fin de poder frenar su progresión con las terapias de última generación.



Suscríbete a nuestras notificaciones para recibir solo lo más relevante.



Luego

Suscríbete

Se trata de una enfermedad muy heterogénea por sus diferentes manifestaciones, por eso se conoce como la “enfermedad de las mil caras”.

1. ¿Qué desencadena la esclerosis múltiple?

Se produce por una respuesta anómala del sistema inmunitario contra el sistema nervioso central, una inflamación que daña la mielina, la capa que protege las fibras nerviosas, alterando la transmisión de los impulsos nerviosos y generando síntomas muy diversos.

“Por eso no todos los pacientes presentan los mismos síntomas, ni la misma evolución, ni el mismo grado de discapacidad”, explica la doctora Ana Belén Caminero, coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la SEN.

2. ¿Cuál es el perfil de los pacientes?

Aunque la enfermedad puede aparecer a cualquier edad, suele debutar entre los 20 y los 40 años, una etapa especialmente activa desde el punto de vista personal, familiar, laboral y social. Por esta razón, la esclerosis múltiple es una de las principales causas de discapacidad no traumática en adultos jóvenes.

Además, afecta al menos al doble de mujeres que de hombres, si bien en los hombres la evolución puede ser más agresiva y asociarse a una progresión más rápida de la discapacidad.

Los últimos datos de la SEN apuntan a que en España el 68% de las

personas
enfermedad

3, Las c España



Suscríbete a nuestras notificaciones para recibir solo lo más relevante.

o de la



Luego

Suscríbete

Otra de las

enfermedad. Según los datos del Atlas de la Esclerosis Múltiple citados por la SEN, el número de personas con esclerosis múltiple en todo el mundo ha pasado de 2,3 millones en 2013 a 2,9 millones en 2023, un aumento del 26 %.

Este aumento se relaciona, en parte, con una mayor concienciación y a la mejora de las técnicas diagnósticas. No obstante, también se está observando un mayor número de diagnósticos en mujeres y en población pediátrica, por razones que se siguen investigando.

España, según datos actualizados de la Sociedad Española de Neurología (SEN), la esclerosis múltiple afectaría a más de 58.000 personas y cada año se diagnostican alrededor de 2.000 nuevos casos.

4. Una gran variedad de síntomas

Los síntomas de la esclerosis múltiple dependen, por lo tanto, de las zonas del cerebro y de la médula espinal que se vean afectadas.

Entre los síntomas más frecuentes se encuentran:

- Fatiga.
- Debilidad
- Trastorno
- Problema
- Alteración
- Espasmo
- En algu



Suscríbete a nuestras notificaciones para recibir solo lo más relevante.



Luego

Suscríbete

- El dolor está presente en más de la mitad de los pacientes.

5. Tipos de esclerosis múltiple

La mayoría de los pacientes presentan inicialmente formas remitentes-recurrentes, caracterizadas por la aparición de brotes o episodios de déficit neurológico seguidos de periodos de recuperación parcial o completa.

Sin embargo, en un porcentaje de pacientes la enfermedad puede tener desde el inicio una evolución progresiva o evolucionar con los años hacia un empeoramiento progresivo. Esta esclerosis múltiple progresiva sigue representando uno de los principales retos terapéuticos, ya que todavía existen menos opciones de tratamiento para estos pacientes, que suponen aproximadamente entre el 10% y el 15% de los casos.

6. Otro desafío, la detección precoz

Reducir el tiempo que transcurre desde la aparición de los primeros síntomas hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento es otra de las claves para abordar la esclerosis múltiple.



En España, el retraso medio hasta el diagnóstico y el inicio del tratamiento

se sitúa el
menos un
"Mejorar la
diagnóstico
progresión
neuróloga.



Suscríbete a nuestras notificaciones para recibir solo lo más relevante.

Luego

Suscríbete

en al



antes se

Aunque, actualmente, cada 5 minutos se diagnostica un nuevo caso de esclerosis múltiple en el mundo, en al menos el 83 % de los países existen dificultades para acceder a un diagnóstico temprano, especialmente en aquellos con menos recursos.

La falta de conocimiento de los síntomas entre la población, la escasez de profesionales formados, las dificultades para acceder a pruebas diagnósticas y el acceso desigual a los sistemas sanitarios.

7. Avances en el diagnóstico

En los últimos años se han producido avances muy relevantes en el diagnóstico. La resonancia magnética permite detectar lesiones con mayor precisión, y también se ha avanzado en el análisis del líquido cefalorraquídeo y de marcadores biológicos en sangre.

Aunque todavía no se dispone de un único biomarcador que confirme por sí solo la enfermedad, cada vez se dispone de más herramientas para diagnosticar antes y con mayor seguridad, según la **SEN**.

8. Las nuevas terapias

En la actualidad, el abordaje de la esclerosis múltiple es muy diferente al de hace unos años ya que existen terapias capaces de cambiar el pronóstico de muchos pacientes.

Son tratamientos modificadores que no curan la EM ni alivian los síntomas, sin embargo, pueden modificar su curso y reducir la cantidad de brotes y lesiones en la resonancia magnética cerebral, y retrasar el incremento de la discapacidad, según la asociación de pacientes **Esclerosis Múltiple España**.

No solo son los tratamientos farmacológicos, también la neurorrehabilitación, la fisioterapia, el apoyo psicológico y social forman

parte eser

9. Un es la escle

Los pacie
con unos



Suscríbete a nuestras notificaciones para recibir solo lo más relevante.

Luego

Suscríbete

s para

le vida



ACTUALIDAD

La esclerosis múltiple podría detectarse antes de mostrar signos clínicos

TE PUEDE INTERESAR:

Todas las personas con esta enfermedad, independientemente de su evolución o nivel de discapacidad, pueden realizar algún tipo de actividad física. El ejercicio habitual y moderado puede ayudar a aliviar muchos síntomas

La alimentación parece tener cierta importancia en la Esclerosis Múltiple. Es fuente importante de vitamina D, afecta a la composición de la flora intestinal (que parece tener relevancia en la actividad del sistema inmune) y beneficia a la salud en general. Una dieta variada, equilibrada y sana es imprescindible.

Y para evitar riesgos hay que huir del tabaco, del alcohol, del sobrepeso y obesidad, del estrés y propiciar el descanso nocturno.

10. ¿Cómo afecta el embarazo a la esclerosis múltiple?

El **embarazo** tiene un efecto protector en la esclerosis múltiple al reducir los brotes con los que cursa esta enfermedad neurodegenerativa y se debe al aumento de los estrógenos, de la progesterona y también de la prolactina, que tienen un efecto antiinflamatorio.

Los neurólogos destacan la necesidad de planificar el embarazo para que no interfiera con los tratamientos modificadores que frenan la progresión de esta patología.

ESCLEROSIS



NOTICIAS ▾

COL

MARACAIBO-ZULIA

SUCESOS

OPINIÓN



SALUD

Cada 5 minutos se diagnostica un caso de esclerosis múltiple mundo

En el marco del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, la Sociedad Española de Neu (SEN) alerta sobre el incremento global de esta patología neurodegenerativa y enfa importancia de identificar los síntomas a tiempo para un diagnóstico temprano

31 de mayo, 2026 - 5:49 pm





Así se ganan 370 euros al día c



s a la IA



¡Descubre el se
Cómo generar
IA en 15 min al

AI APP



Padres español
'Perrito de 29€

discapacitante, esta patología afecta especialmente a la población joven. Su impacto es de tal magnitud que las estadísticas globales revelan un dato alarmante: **cada cinco minutos se diagnostica un nuevo caso en el mundo.**

*A propósito de la conmemoración el pasado 30 de mayo del **Día Mundial de la Esclerosis Múltiple**, la Sociedad Española de Neurología (SEN) ha compartido información clave sobre esta enfermedad con el objetivo de concienciar a la sociedad, promover la prevención secundaria y fomentar la detección temprana, un factor determinante para frenar el avance de la discapacidad.*

¿Qué desencadena la esclerosis múltiple?

Descarga gratuita

Descarga fácil y

Web Companion

Descargar

El origen de la enfermedad radica en una respuesta anómala del sistema inmunitario, el cual ataca al sistema nervioso central. Este proceso genera una inflamación que destruye la mielina, la capa que recubre las fibras nerviosas. Al verse afectada esta estructura, la transmisión de los impulsos eléctricos desde el cerebro y el resto del cuerpo se altera drásticamente, manifestando una amplia gama de síntomas.

“Por eso no todos los pacientes presentan los mismos síntomas, ni la misma evolución, ni el mismo grado de discapacidad”, explica la doctora Ana Belén Caminero, coordinadora del Grupo de Estudio de Esclerosis Múltiple de la SEN.

Lea también





Alerta en la etapa más activa de la vida

Aunque la enfermedad puede manifestarse a cualquier edad, el perfil epidemiológico mayoritario si debut de los síntomas entre los 20 y los 40 años. Se trata de una etapa crucial y de plena productiv el punto de vista personal, familiar, laboral y social. Debido a este patrón, la esclerosis múltiple se h convertido de forma alarmante en una de las principales causas de discapacidad no traumática en jóvenes.





Señales de alerta: una gran variedad de síntomas



La prevención y la consulta oportuna con el especialista dependen en gran medida del conocimiento de los síntomas. **Dado que las manifestaciones varían según las zonas del cerebro o de la médula espinal y pueden resultar dañadas**, la SEN insta a la ciudadanía a prestar atención a las siguientes señales de alerta:

Fatiga persistente y debilidad muscular sin causa aparente.

*Trastornos de la sensibilidad, como entumecimiento u hormigueo en las extremidades.
Problemas de visión, incluyendo visión borrosa o doble.*

Alteraciones del equilibrio y fallos en la coordinación motora.

Espasmos musculares o rigidez.



Conocer estas variables y acudir al neurólogo ante las primeras sospechas es la herramienta preve poderosa en la actualidad. Aunque la esclerosis múltiple presenta diferentes variantes y evolucione según el tipo diagnosticado, los avances en los tratamientos actuales demuestran que un abordaje terapéutico temprano puede cambiar significativamente el pronóstico de la enfermedad, preservan calidad de vida de los pacientes.

EL REGIONAL DEL ZULIA

TE PUEDE INTERESAR

Grave impacto de los “golpes de calor” en pacientes con patologías cardíacas

Brasil investiga un posible caso de ébola en un hombre que viajó a África

Gobernación del Zulia jornada quirúrgica de es en el Hospital de Ca

▼

▼