

Hidroferol es eficaz y tratamiento de

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

Powered by VVO

No Acepto



Acceder

Buscar...

aFon Especialidades Ingreso Todca + Perfil Suscribible Más gofia

Publicidad

Con la industria farmacéutica para fomentar una gestión sanitaria basada en evidencia

IM MEDICO ACREDITADO PARA LA INNOVACION MEDICA Inmunología Neurología

## La cuantificación en suero de cadenas ligeras de neurofilamentos podría ser útil para analizar la progresión de la EM

El uso de neurofilamentos en suero permite un control más preciso de la Esclerosis Múltiple, ayudando a los especialistas a ajustar los tratamientos y predecir la progresión de la enfermedad. Expertos en Neurología e Inmunología apoyan su implementación en el sistema de salud español, con el objetivo de mejorar el pronóstico y calidad de vida de los pacientes.

Conéctate con la vanguardia en investigación y gestión sanitaria



07/11/2024

La Esclerosis Múltiple (EM) difiere en cada paciente e incluso puede variar a lo largo del tiempo. En esta enfermedad neurodegenerativa, que afecta a más de 58.000 personas en España, la evaluación y cuantificación de los cambios en la actividad inflamatoria y el daño axonal son esenciales para determinar la gravedad, el pronóstico y la elección y respuesta al tratamiento. En algunos casos, las pruebas radiológicas y clínicas disponibles no son lo suficientemente específicas o sensibles para captar dicha variedad de cambios.

En este contexto, la cuantificación en suero de cadenas ligeras de neurofilamentos (sNfL) se plantea como una posible herramienta eficaz para predecir los resultados clínicos y monitorizar la actividad radiológica de la enfermedad en respuesta a la terapia. De hecho, los niveles elevados de sNfL son indicativos de un mayor daño axonal, y se han relacionado con actividad inflamatoria (aparición de brotes y gravedad), y progresión de la enfermedad.

En este contexto, el **doctor Alfredo Rodríguez-Antigüedad**, jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario de Cruces de Barakaldo, explica que la medición de estas proteínas funciona como biomarcador para poder monitorizar de manera más continua lo que pasa en el cerebro de las personas con esclerosis múltiple, algo que es muy útil para poder evaluar la respuesta a los tratamientos: "los neurofilamentos reflejan el daño irreversible que se produce en el cerebro. Actualmente, nos conformamos cuando el enfermo no tiene un brote, porque no somos capaces de ver más lesiones que las que son visibles a través de resonancia. Por lo que es un gran avance poder saber que pacientes que, aparentemente están bien controlados, no lo están, ya que esto nos permitirá mejorar el futuro de estas personas". Para este experto, el esfuerzo que ahora hay que hacer es implantarlos de manera rutinaria en la práctica clínica.



Por su parte, la **doctora Luisa María Villar**, jefa del Servicio de Inmunología del Hospital Ramón y Cajal de Madrid, señala que "la investigación de los neurofilamentos en la Esclerosis Múltiple ha ido avanzando de forma vertiginosa. En los últimos años se está comprobando que pueden ser útiles para identificar a los pacientes que van a tener un curso más inflamatorio de la enfermedad, para monitorizar tratamientos y, para evitar, de esta forma, la inercia terapéutica. Por lo que el reto ahora es hacer que se incorporen a la práctica clínica y garantizar que todas las plataformas que están disponibles para evaluar los neurofilamentos miden lo mismo para asegurar que cuando damos un valor, lo damos de la misma forma".

El **doctor Jesús Porta-Etessam**, presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), afirma que "hoy en día es fundamental contar con marcadores biológicos en las enfermedades neurológicas, ya que son causa del 43% de la discapacidad, tanto física como mental, por enfermedad crónica y, concretamente en la esclerosis múltiple, que afecta sobre todo a pacientes jóvenes, por lo que es muy importante contar con estas nuevas herramientas. Hasta ahora los diagnósticos eran clínicos, con apoyo de las técnicas de imagen y de los testimonios de los pacientes. Ahora vivimos una auténtica revolución en la Neurología, pudiendo hablar de la existencia de la medicina personalizada en esta área. Esta personalización de la medicina es el presente y el futuro, es el objetivo hacia el que tenemos que seguir trabajando, al igual que ya se está haciendo en oncología".





#### Proyecto NeuroPath-EM9

El proyecto NeuroPath-EM, que ha reunido a expertos de diversos ámbitos (neurólogos, inmunólogos, gestores, farmacéuticos...) para impulsar el uso de los sNfL en la práctica clínica ha generado la 'Hoja de ruta para operativizar el uso de neurofilamentos como biomarcador en EM en la práctica clínica española' en la que se recogen una serie de líneas estratégicas y conclusiones que muestran que los datos disponibles apuntan a que la cuantificación de sNfL se presenta como un biomarcador que está demostrando buenos resultados para mejorar el abordaje de los pacientes con EM. Un trabajo que cuenta con el aval de las sociedades españolas de Farmacia Hospitalaria (SEFH), Inmunología (SEI) y Neurología (SEN).

"Una iniciativa que es muestra de nuestro compromiso por mejorar el abordaje de esta enfermedad", afirma la **doctora M<sup>a</sup> Luz Amador**, directora médica de Roche Farma España, quien ha contado que, además, Roche está colaborando con el Hospital Ramón y Cajal en el proyecto NeuroMarker 2.0, "que se dirige a facilitar a los centros disponer de las herramientas necesarias para realizar la determinación de sNfL en sangre en pacientes con EM que ya han iniciado el tratamiento. Actualmente, más de 1.000 pacientes ya se han beneficiado de esta prueba, que está disponible en 86 centros españoles".



Esta hoja de ruta pone de manifiesto que actualmente existe una necesidad médica no cubierta por los tests de neurofilamentos en suero en pacientes con enfermedad inflamatoria y la neurodegeneración. Y, en este sentido, la cuantificación de sNfL se prevé que será una herramienta clave en el diagnóstico y seguimiento de la EM. Sin embargo, esta herramienta aún no está completamente activada para su uso en la práctica clínica.



Este biomarcador que sirva para evaluar y cuantificar los cambios en la actividad de los neurofilamentos en suero de los pacientes con EM. Sin embargo, para poder establecer una serie de iniciativas para impulsar su utilización en nuestro país:

**Posicionar su uso e indicación en guías clínicas**

- Formar / educar sobre su utilidad a los especialistas y a pacientes y cuidadores
- Difundir la aportación, en términos económicos, derivada del uso de los sNfL en el abordaje de la EM entre las direcciones de los centros médicos y diferentes responsables políticos del ámbito de la salud, tanto a nivel regional como nacional.
- Desarrollar un circuito logístico y asistencial para llevar su uso a la práctica clínica real, lo que implica la definición de centros de referencia con circuitos ágiles de canalización de muestras, el desarrollo de protocolos de uso consensuados y la dotación de la tecnología para uso clínico entre los centros responsables.
- Se sugiere una comunicación directa desde las sociedades científicas, para la inclusión de los sNfL en la Cartera de servicios comunes del Sistema Nacional de Salud.



Con relación a la aportación de los neurofilamentos, **Federico Plaza**, director de Corporate Affairs de Roche Farma España, ha subrayado la amplia apuesta que se está haciendo para contribuir a la generación de evidencia en torno a este biomarcador. "El valor de sNfL es que pueden detectar que hay actividad de la enfermedad incluso antes de que los síntomas sean clínicamente evidentes y esto permitiría iniciar intervenciones antes de que se produzca un deterioro significativo. En este contexto, es importante actualizar de manera dinámica la cartera de servicios comunes incorporando los avances, como es esta herramienta, según se van produciendo, ya que esto se traduce en una mejora en los resultados en salud y con un impacto en la sostenibilidad del sistema sanitario", concluye.

#snfl #em #análisis #progresión #tratamientos



**TE RECOMENDAMOS**



¿Qué relación existe entre la disfagia y la neumonía?



Congreso SEORL-CCC: claves para un diagnóstico eficaz en el abordaje ...



Congreso SEPAR: Lo mejor del año en EPOC, tabaquismo, Enfermería ...



## Un análisis de sangre identifica ya cómo progresará la esclerosis múltiple

- ✓ La medición de los neurofilamentos permite saber qué pacientes que, aparentemente están bien controlados, no lo están y mejorar la evolución de la enfermedad
- ✓ Más de 1.000 pacientes ya se han beneficiado de esta prueba que está disponible en 86 centros españoles





La esclerosis múltiple afecta a más de 58.000 personas en España.

**B. MUÑOZ**

**08/11/2024 06:40** ACTUALIZADO: 08/11/2024 06:40

✓ Fact Checked

La **Esclerosis Múltiple (EM)** difiere en cada paciente e incluso puede variar a lo largo del tiempo. En esta **enfermedad neurodegenerativa**, que **afecta a más de 58.000 personas en España**, la evaluación y cuantificación de los cambios en la actividad inflamatoria y el daño axonal son esenciales para determinar la gravedad, el pronóstico y la elección y respuesta al tratamiento. En algunos casos, las pruebas radiológicas y clínicas disponibles no son lo suficientemente específicas o sensibles para captar dicha variedad de cambios.

En este contexto, la **cuantificación en suero** de cadenas ligeras de **neurofilamentos (sNfL)** se plantea como una posible **herramienta eficaz para predecir los resultados clínicos y monitorizar la actividad**



## El proyecto 'NeuroPath-EM' propone impulsar en España la medición de neurofilamentos en esclerosis múltiple

Archivado en: Ciencia & Salud

Europa Press | Jueves, 7 de noviembre de 2024, 06:45

MADRID, 7 (EUROPA PRESS)

La compañía Roche ha presentado este jueves el proyecto 'NeuroPath-EM', una estrategia que propone impulsar en el Sistema Nacional de Salud (SNS) el uso de la medición de neurofilamentos en sangre para mejorar el abordaje de la esclerosis múltiple (EM), una enfermedad neurodegenerativa que afecta a más de 58.000 personas en España.

Así, el proyecto señala que la cuantificación en suero de cadenas ligeras de neurofilamentos (snfL) se plantea como "una posible herramienta eficaz para predecir los resultados clínicos y monitorizar la actividad radiológica de la enfermedad en respuesta a la terapia".

Las conclusiones de la investigación, que cuenta con el aval de las sociedades españolas de Farmacia Hospitalaria (SEFH), Inmunología (SEI) y Neurología (SEN), indican que la cuantificación de snfL se presenta como un biomarcador que demuestra "buenos resultados" para mejorar el abordaje de esta patología.

"Los neurofilamentos reflejan un daño irreversible en el cerebro, ahora con un simple análisis de sangre, podemos comprobar el estado del paciente de una manera muy precisa", ha explicado el jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario de Cruces de Barakaldo, Alfredo Rodríguez-Antigüedad.

Los expertos aseguran que en algunos casos, las pruebas radiológicas y clínicas disponibles no son lo suficientemente específicas o sensibles para captar los cambios de la enfermedad. "Queremos que la medición de neurofilamentos sea un complemento de la resonancia magnética", ha declarado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam.

En este sentido, la jefa del Servicio de Inmunología del Hospital Ramón y Cajal de Madrid, Luisa María Villar, ha explicado que "la medición de neurofilamentos es útil para identificar a los pacientes que van a tener un curso más inflamatorio de la enfermedad, además de para monitorizar tratamientos y evitar la inercia terapéutica".

Por ello, Villar ha resaltado la necesidad de que este biomarcador se incorpore a la práctica clínica. "Es importante conseguir la equidad en todo el territorio nacional. Actualmente se está haciendo un gran esfuerzo para implementarlo en la Cartera Básica de Servicios del SNS", ha apuntado.

MÁS DE 1.000 PACIENTES SE HAN BENEFICIADO DE LA PRUEBA

La directora médico de Roche Farma España, M<sup>a</sup> Luz Amador, ha informado de que la compañía está colaborando con el Hospital Ramón y Cajal en el proyecto 'NeuroMarker 2.0', "que se dirige a facilitar a los centros disponer de las herramientas necesarias para realizar la determinación de snfL en sangre en pacientes con EM que ya han iniciado el tratamiento. Actualmente, más de 1.000 pacientes ya se han beneficiado de esta prueba, que está disponible en 86 centros españoles".

El proyecto 'NeuroPath-EM' ha generado la 'Hoja de ruta para operativizar el uso de



### Lo Más Leído

- 1 ¿Paga impuestos la compra y venta de dólares?
- 2 Triunfo de Trump: El impacto en la inversión inmobiliaria en EE.UU
- 3 EE.UU. afirma que hay 12.000 soldados norcoreanos en Rusia pero no puede confirmar si han participado en combates
- 4 Empresas Copec anuncia inversiones por US\$1.713 millones para 2024 y lanza nuevo propósito e imagen corporativa
- 5 Virus reinicia Windows 10 en modo seguro para saltarse el antivirus
- 6 Delivery Hero (Glovo) factura 3.234,5 millones de euros en el tercer trimestre, un 24,2% más
- 7 América Móvil anuncia que impugnará resolución de IFT por medidas asimétricas
- 8 Lanzan facilitadora de negocios que permite a las empresas tener modelos más rentables y escalables
- 9 Powell (Fed) ve viable bajar la inflación y mantener fuerte el empleo y rechaza dimitir aunque Trump lo exija
- 10 Nuevo gerente general de Tanner Corredores de Bolsa

europa press



Powell (Fed) ve viable bajar la inflación

neurofilamentos como biomarcador en EM en la práctica clínica española'. El objetivo de la estrategia es que la medición se indique en guías clínicas, además de educar sobre su utilidad a los especialistas y a pacientes y cuidadores.

Asimismo, pretende desarrollar un circuito logístico y asistencial para llevar su uso a la práctica clínica real, lo que implica la definición de centros de referencia con circuitos ágiles de canalización de muestras, el desarrollo de protocolos de uso consensuados y la dotación de la tecnología para uso clínico entre los centros responsables.



y mantener fuerte el empleo y rechaza dimitir aunque Trump lo exija



La Fed baja los tipos de interés por segunda vez desde marzo de 2020 al recortarlos en 25 puntos básicos



El Banco de Inglaterra baja tipos en 25 puntos básicos, hasta el 4,75%



Marmolistas piden una mayor sensibilización respecto a las "graves consecuencias" de la silicosis



Líderes UE abogan por el diálogo con Trump para fortalecer lazos sin caer en ingenuidad y con agenda propia

| 7 noviembre, 2024 - 13:19 | REDACCIÓN AG

# El Virgen de las Nieves, primer centro andaluz certificado en atención a pacientes con esclerosis múltiple

La norma 'Escalem', elaborada por la Sociedad Española de Calidad Asistencial, permite a las unidades mejorar sus procedimientos en beneficio de los enfermos



Haga clic aquí para descarg

(SECA), que es un reconocimiento al alto nivel de calidad de la atención que presta a pacientes con esclerosis múltiple.

El hospital granadino se convierte así en el **primer centro sanitario andaluz** en conseguir esta distinción, que solo han recibido otros siete hospitales en España, ha señalado el centro sanitario en una nota de prensa.

La presidenta de la Sociedad Andaluza de Calidad Asistencial (Sadeca), Rosalía Pérez, ha hecho entrega del certificado al jefe de servicio de Neurología, Adolfo Mínguez, que ha estado acompañado por la directora gerente del hospital, María Ángeles García, el director médico, Manuel Liñán, y la directora de enfermería, Mercedes Villegas Calvo.

La esclerosis múltiple es una enfermedad inflamatoria, autoinmune y neurodegenerativa que ataca a las neuronas de diferentes partes del organismo y se manifiesta con síntomas muy diversos según el paciente. Por ello, el tratamiento y diagnóstico de los pacientes es complejo y hacen necesarios la creación de guías y estándares de asistencia más unificados para pacientes que sufran esta patología.

## Norma 'Escalem'

La norma de certificación 'Escalem', elaborada por la SECA en colaboración con Novartis, permite a las unidades de esclerosis múltiple mejorar sus procedimientos y resultados en beneficio de los pacientes y de la eficiencia del sistema de salud.

La norma establece una evaluación con **32 criterios** de calidad que hacen referencia a aspectos organizativos de las unidades, al uso de los recursos, al diseño y desarrollo de los procesos, y a los resultados obtenidos. En este sentido, el servicio de Neurología del hospital granadino ha cumplido los diez estándares requeridos para el primer nivel de certificación.



certificado, según ha explicado Rosalía Pérez, "supone una garantía de

La norma cuenta con el aval de la Sociedad Española de Neurología, de la Sociedad Española de Farmacia Hospitalaria, la Sociedad Española de Directivos de la Salud, Sociedad Española de Enfermería Neurológica, Sociedad Española de Informáticos de la Salud, Sociedad Española de Neurorradiología y Asociación de pacientes Esclerosis Múltiple España.

Para el jefe del servicio, Adolfo Mínguez, "la detección no siempre es sencilla, pero el panorama ha cambiado en las últimas décadas y hoy en día se dispone de recursos diagnósticos y terapéuticos avanzados gracias a la investigación".

---

POPULAR AHORA

#### TE PUEDE INTERESAR

---



LA CAPITAL

**Un paseo solidario por el Parque Federico García Lorca de Granada para visibilizar la Esclerosis Múltiple**



LA CAPITAL

**Un cordón humano en Armilla para hacer visible la lucha por la investigación de la Esclerosis Múltiple**



LA CAPITAL

**De Granada a Santiago por el Camino de la Integración**



LA CAPITAL

**Mesas informativas en los hospitales de Granada para visibilizar la esclerosis**





NECROLÒGICUES  
Consulta els obituaris d'aquest divendres

ENFERMEDAD INFECCIOSA

## Los casos de meningitis crecen un 13% en España tras la relajación de las medidas anticovid

Los contagios iniciaron una senda descendente en 2017, gracias a la ampliación del calendario de vacunación, pero en los dos últimos años se ha producido un repunte



Patricia Martín

Madrid | 07.11.24 | 10:09



VacunaS de la meningitis, en una imagen de archivo. / EP

PUBLICITAT

La **meningitis** sigue siendo la primera causa de **infección grave** en **niños y adolescentes**. Y, en algunas situaciones, puede ser **“devastadora”**, según alerta la Sociedad Española de Neurología (SEN) con motivo de la celebración, el 5 de octubre, del **Día Mundial contra la meningitis**, efeméride impulsada por la OMS como parte de la estrategia para derrotar la enfermedad en 2030.

### La enfermedad afecta a unos 2,5 millones de personas al año y provoca 300.000 defunciones en el mundo

La Organización Mundial de la Salud calcula que la meningitis, que causa una infección de las **meninges**, las membranas que cubren el cerebro y la médula espinal, debido a diferentes agentes, como **virus o bacterias**, afecta a unos **2,5 millones de personas al año** y provoca **300.000 defunciones** en el mundo, dado que un 10% de los infectados acaban falleciendo y un 30% tiene secuelas graves. Por ello, “sigue siendo un gran desafío de **salud pública**”, según la doctora Marta Guillán, secretaria del grupo de neurología crítica e intensivista de la SEN.

En **España**, cada año se detectan unos 1.000 casos, el 10% de ellos graves. En 2017 las infecciones iniciaron una senda descendente, gracias a mejoras en la prevención y a ampliaciones en el calendario de vacunación, pero en los dos últimos años se ha producido un **repunte**, del 10% en 2022 y del 13% en 2023, que la SEN achaca a la relajación de las medidas de **protección**, una vez superada la fase más dura de la pandemia. Aun así, en 2012 se notificaron el doble de casos y en 2016, el cuádruple, respecto a las cifras actuales.

### En España, cada año se detectan unos 1.000 casos, el 10% de ellos graves

No obstante, a nivel **mundial** la previsión es que se **duplique** el número de casos anuales, aunque con una reducción de las defunciones, debido a las mejoras que se han introducido en la identificación de la enfermedad, la prevención y el tratamiento. Pero puede producirse un aumento de personas con **secuelas**, porque la meningitis puede provocar pérdida de audición, discapacidad visual y física y disfunciones cognitivas, a lo que se une la afectación a nivel mental del paciente y sus familiares.

### La meningitis más grave

De hecho, un reciente estudio realizado por la Asociación Española contra la Meningitis estimaba que la **carga económica** de la enfermedad suponía, de media, más 11.000 euros por paciente y año.

La meningitis de origen **bacteriano** es la más peligrosa y se calcula que alrededor del 20% de la población puede ser portadora de alguna cepa. La mayoría de estas personas no tendrá síntomas, pero sí puede transmitir la bacteria a personas más

vulnerables, a través de la **saliva** o las secreciones respiratorias.

Y el problema añadido es que los primeros síntomas se confunden con los **procesos infecciosos comunes**, especialmente en adolescentes y jóvenes. Pero hay que consultar ante la aparición de los primeros **síntomas**, porque "los casos bacterianos pueden ser fatales en cuestión de días si no se tratan adecuadamente", según advierte la doctora Guillán.

### **Rigidez en el cuello y manchas**

Una pista que puede indicar que se trata de meningitis es que los síntomas aparezcan **de forma brusca**, con fiebre alta, dolor de cabeza intenso, **rigidez** en el cuello, náuseas, sensibilidad a la luz y confusión, que pueden progresar rápidamente.

En niños, "otro de los signos que pueden ser indicativos de esta enfermedad son la aparición de **petequias**, es decir, de pequeñas **manchas de color rojo** o morado que normalmente aparecen primero en el torso y, en poco tiempo, se extienden por el resto del cuerpo", indica la doctora.

### **La vacunación**

Ante ello, a SEN recalca la importancia de vacunar a los niños según el **calendario de vacunación** acordado por el Ministerio de Sanidad y las comunidades -ahora mismo se administran contra el neumococo, 'Haemophilus influenzae' tipo b, virus de la parotiditis, virus del sarampión, virus de la varicela y meningococo de los serogrupos A, C, W e Y a diferentes edades-.

Cualquier persona puede sufrir meningitis, pero los grupos de mayor riesgo son los **menores de cinco años**, sobre todo si no están vacunados, y los **jóvenes** de entre 15 y 24 años. En estos grupos es la primera causa de muerte por infección.

**TEMES** meningitis

Portada

Etiquetas

# El proyecto 'NeuroPath-EM' propone impulsar en España la medición de neurofilamentos en esclerosis múltiple



Agencias

Jueves, 7 de noviembre de 2024, 12:36 h (CET)

Se trata de un biomarcador que permite comprobar el estado de los pacientes. La compañía Roche ha presentado este jueves el proyecto 'NeuroPath-EM', una estrategia que propone impulsar en el Sistema Nacional de Salud (SNS) el uso de la medición de neurofilamentos en sangre para mejorar el abordaje de la esclerosis múltiple (EM), una enfermedad neurodegenerativa que afecta a más de 58.000 personas en España.

Así, el proyecto señala que la cuantificación en suero de cadenas ligeras de neurofilamentos (sNfL) se plantea como "una posible herramienta eficaz para predecir los resultados clínicos y monitorizar la actividad radiológica de la enfermedad en respuesta a la terapia".

Las conclusiones de la investigación, que cuenta con el aval de las sociedades españolas de Farmacia Hospitalaria (SEFH), Inmunología (SEI) y Neurología (SEN), indican que la cuantificación de sNfL se presenta como un biomarcador que demuestra "buenos resultados" para mejorar el abordaje de esta patología. "Los neurofilamentos reflejan un daño irreversible en el cerebro, ahora con un simple análisis de sangre, podemos comprobar el estado del paciente de una manera muy precisa", ha explicado el jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario de Cruces de Barakaldo, Alfredo Rodríguez-Antigüedad. Los expertos aseguran que en algunos casos, las pruebas radiológicas y clínicas disponibles no son lo suficientemente específicas o sensibles para captar los cambios de la enfermedad. "Queremos que la medición de neurofilamentos sea un complemento de la resonancia magnética", ha declarado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam.

En este sentido, la jefa del Servicio de Inmunología del Hospital Ramón y Cajal de Madrid, Luisa María Villar, ha explicado que "la medición de neurofilamentos es útil para identificar a los pacientes que van a tener un curso más infamatorio de la enfermedad, además de para monitorizar tratamientos y evitar la inercia terapéutica".

Por ello, Villar ha resaltado la necesidad de que este biomarcador se incorpore a la práctica clínica. "Es importante conseguir la equidad en todo el territorio nacional. Actualmente se está haciendo un gran esfuerzo para implementarlo en la Cartera Básica de Servicios del SNS", ha apuntado.

MÁS DE 1.000 PACIENTES SE HAN BENEFICIADO DE LA PRUEBA

## Lo más leído

1 [La privacidad de los datos y la importancia de la seguridad digital](#)

2 [Leyendas del México colonial](#)

3 [Reactividad Vs Proactividad en el trabajo](#)

4 [¿Cómo se toma el tamoxifeno en el culturismo?](#)

5 [La importancia de la Vitamina B6 para la salud hormonal de la mujer, por FemmeUp](#)

## Noticias relacionadas

### Pesadillas fiscales y sueños monetarios

Menuda semana tras el breve descanso. Precios del petróleo, cifras de inflación, titulares fiscales y debates sobre la reunión del BCE de la próxima semana. Nos visitaron fantasmas del pasado, del presente y, potencialmente, del futuro próximo.

### IAG pide más control en los pasaportes en los aeropuertos

El consejero delegado de International Airlines Group (IAG), Luis Gallego, destacó este viernes "el buen funcionamiento" de los aeropuertos españoles en comparación con otros de Europa, entre los que citó los de Londres, Ámsterdam y Frankfurt, según dijo una conferencia con periodistas en relación con los resultados del 'holding' de Iberia y Vueling en el primer semestre.

### Sugarbabe Deluxe, la plataforma de citas en línea de alto nivel

Sugarbabe Deluxe es una plataforma de citas en línea de alto nivel que posee un carácter moderno y exclusivo, y que ofrece la oportunidad de hacer realidad el sueño de muchas personas mediante una gestión seria, discreta y cumpliendo todas las expectativas, tanto si se está buscando una relación de pareja a largo plazo, como si lo que se quiere es una aventura envuelta de mucha pasión y diversión para romper la rutina y evadirse.

La directora médico de Roche Farma España, M<sup>a</sup> Luz Amador, ha informado de que la compañía está colaborando con el Hospital Ramón y Cajal en el proyecto 'NeuroMarker 2.0', "que se dirige a facilitar a los centros disponer de las herramientas necesarias para realizar la determinación de sNfL en sangre en pacientes con EM que ya han iniciado el tratamiento. Actualmente, más de 1.000 pacientes ya se han beneficiado de esta prueba, que está disponible en 86 centros españoles".

El proyecto 'NeuroPath-EM' ha generado la 'Hoja de ruta para operativizar el uso de neurofilamentos como biomarcador en EM en la práctica clínica española'. El objetivo de la estrategia es que la medición se indique en guías clínicas, además de educar sobre su utilidad a los especialistas y a pacientes y cuidadores.

Asimismo, pretende desarrollar un circuito logístico y asistencial para llevar su uso a la práctica clínica real, lo que implica la definición de centros de referencia con circuitos ágiles de canalización de muestras, el desarrollo de protocolos de uso consensuados y la dotación de la tecnología para uso clínico entre los centros responsables.

## TE RECOMENDAMOS



Millones con IA

**Millonaria de Madrid: ¡La IA multiplica 100 euros 20 veces al día!**



¿Problemas de erección?

**Haz ahora nuestro test gratuito y descubre si tienes disfunción eréctil**



Millones con IA

**Millonaria de Madrid: ¡La IA multiplica 100 euros 20 veces al día!**



Nueva Lancia Ypsilon

**Descubra el nuevo icono de la elegancia.**



Portada

Etiquetas

# La medición de neurofilamentos en sangre permite identificar pacientes de esclerosis múltiple



Agencias

Jueves, 7 de noviembre de 2024, 12:39 h (CET)

MADRID, 07 (SERVIMEDIA)

La medición de neurofilamentos en sangre permite identificar pacientes de esclerosis múltiple (EM) con mayor riesgo de tener una peor evolución, según lo destacaron varios expertos en el encuentro 'Neurofilamentos: una nueva perspectiva en el abordaje de la EM' celebrado este jueves en Madrid.

En este acto, organizado por Roche, los especialistas señalaron que la EM difiere en cada paciente e incluso puede variar a lo largo del tiempo. En esta enfermedad neurodegenerativa, que afecta a más de 58.000 personas en España, la evaluación y cuantificación de los cambios en la actividad inflamatoria y el daño axonal son esenciales para determinar la gravedad, el pronóstico y la elección y respuesta al tratamiento.

Sin embargo, en algunos casos, las pruebas radiológicas y clínicas disponibles no son lo suficientemente específicas o sensibles para captar dicha variedad de cambios.

En este contexto, la cuantificación en suero de cadenas ligeras de neurofilamentos (sNfL) se plantea como una posible herramienta eficaz para predecir los resultados clínicos y monitorizar la actividad radiológica de la enfermedad en respuesta a la terapia.

De hecho, los niveles elevados de sNfL son indicativos de un mayor daño axonal, y se han relacionado con actividad inflamatoria (aparición de brotes y gravedad), y progresión de la enfermedad.

## MEDICIÓN DE PROTEÍNAS

En este contexto, el jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario de Cruces de Barakaldo, el doctor Alfredo Rodríguez-Antigüedad, destacó que la medición de estas proteínas funciona como biomarcador para poder monitorizar de manera más continua lo que pasa en el cerebro de las personas con esclerosis múltiple, algo que es muy útil para poder evaluar la respuesta a los tratamientos.

## Lo más leído

1 [La privacidad de los datos y la importancia de la seguridad digital](#)

2 [Leyendas del México colonial](#)

3 [Reactividad Vs Proactividad en el trabajo](#)

4 [¿Cómo se toma el tamoxifeno en el culturismo?](#)

5 [La importancia de la Vitamina B6 para la salud hormonal de la mujer, por FemmeUp](#)

## Noticias relacionadas

### Pesadillas fiscales y sueños monetarios

Menuda semana tras el breve descanso. Precios del petróleo, cifras de inflación, titulares fiscales y debates sobre la reunión del BCE de la próxima semana. Nos visitaron fantasmas del pasado, del presente y, potencialmente, del futuro próximo.

### IAG pide más control en los pasaportes en los aeropuertos

El consejero delegado de International Airlines Group (IAG), Luis Gallego, destacó este viernes "el buen funcionamiento" de los aeropuertos españoles en comparación con otros de Europa, entre los que citó los de Londres, Ámsterdam y Frankfurt, según dijo una conferencia con periodistas en relación con los resultados del 'holding' de Iberia y Vueling en el primer semestre.

### Sugarbabe Deluxe, la plataforma de citas en línea de alto nivel

Sugarbabe Deluxe es una plataforma de citas en línea de alto nivel que posee un carácter moderno y exclusivo, y que ofrece la oportunidad de hacer realidad el sueño de muchas personas mediante una gestión seria, discreta y cumpliendo todas las expectativas, tanto si se está buscando una relación de pareja a largo plazo, como si lo que se quiere es una aventura envuelta de mucha pasión y diversión para romper la rutina y evadirse.

De hecho, añadió, “los neurofilamentos reflejan el daño irreversible que se produce en el cerebro. Actualmente, nos conformamos cuando el enfermo no tiene un brote, porque no somos capaces de ver más lesiones que las que son visibles a través de resonancia, por lo que es un gran avance poder saber que pacientes que, aparentemente están bien controlados, no lo están”.

Por su parte, la jefa del servicio de Inmunología del Hospital Universitario Ramón y Cajal de Madrid, la doctora Luisa María Villar, señaló que “la investigación de los neurofilamentos en la esclerosis múltiple ha ido avanzando de forma vertiginosa. En los últimos años se está comprobando que pueden ser útiles para identificar a los pacientes que van a tener un curso más inflamatorio de la enfermedad, para monitorizar tratamientos y, para evitar, de esta forma, la inercia terapéutica”.

## PRÁCTICA CLÍNICA

Por lo tanto, agregó, “el reto ahora es hacer que se incorporen a la práctica clínica y garantizar que todas las plataformas que están disponibles para evaluar los neurofilamentos miden lo mismo para asegurar que cuando damos un valor, lo damos de la misma forma”.

Asimismo, el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), el doctor Jesús Porta-Etessam, afirmó que “hoy en día es fundamental contar con marcadores biológicos en las enfermedades neurológicas, ya que son causa del 43% de la discapacidad, tanto física como mental, por enfermedad crónica y, concretamente en la esclerosis múltiple, que afecta sobre todo a pacientes jóvenes, por lo que es muy importante contar con estas nuevas herramientas”.

Por ello, el proyecto NeuroPath-EM, que reunió hoy en Madrid a expertos de diversos ámbitos (neurólogos, inmunólogos, gestores, farmacéuticos...) para impulsar el uso de los sNfL en la práctica clínica generó la ‘Hoja de ruta para operativizar el uso de neurofilamentos como biomarcador en EM en la práctica clínica española’ en la que se recogen una serie de líneas estratégicas y conclusiones que muestran que los datos disponibles apuntan a que la cuantificación de sNfL se presenta como un biomarcador que está demostrando buenos resultados para mejorar el abordaje de los pacientes con EM.

## TE RECOMENDAMOS



Nuevo icono de la elegancia.



Millones con IA

**notimérica / vida**

## 'NeuroPath-EM' propone impulsar en España la medición de neurofilamentos en el abordaje de la esclerosis múltiple

- Publicidad -



Archivo - Artificial Intelligence concept - 3d rendered image. Dark background. Glowing abstract digital neuron connections. Hologram human brain view. Innovative process technology. Plexus lines.  
- KOTO\_FEJA/ ISTOCK - Archivo

Se trata de un biomarcador que permite comprobar el estado de los pacientes

-Publicidad-

MADRID, 7 Nov. (EUROPA PRESS) -

La compañía Roche ha presentado este jueves el proyecto 'NeuroPath-EM', una estrategia que propone impulsar en el Sistema Nacional de Salud (SNS) el uso de la medición de neurofilamentos en sangre para mejorar el abordaje de la esclerosis múltiple (EM), una enfermedad neurodegenerativa que afecta a más de 58.000 personas en España.

- Publicidad -

---

- Publicidad -

monitorizar la actividad radiológica de la enfermedad en respuesta a la terapia".

Las conclusiones de la investigación, que cuenta con el aval de las sociedades españolas de Farmacia Hospitalaria (SEFH), Inmunología (SEI) y Neurología (SEN), indican que la cuantificación de sNfL se presenta como un biomarcador que demuestra "buenos resultados" para mejorar el abordaje de esta patología.

"Los neurofilamentos reflejan un daño irreversible en el cerebro, ahora con un simple análisis de sangre, podemos comprobar el estado del paciente de una manera muy precisa", ha explicado el jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario de Cruces de Barakaldo, Alfredo Rodríguez-Antigüedad.

Los expertos aseguran que en algunos casos, las pruebas radiológicas y clínicas disponibles no son lo suficientemente específicas o sensibles para captar los cambios de la enfermedad. "Queremos que la medición de neurofilamentos sea un complemento de la resonancia magnética", ha declarado el presidente de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Jesús Porta-Etessam.

En este sentido, la jefa del Servicio de Inmunología del Hospital Ramón y Cajal de Madrid, Luisa María Villar, ha explicado que "la medición de neurofilamentos es útil para identificar a los pacientes que van a tener un curso más infamatorio de la enfermedad, además de para monitorizar tratamientos y evitar la inercia terapéutica".

Por ello, Villar ha resaltado la necesidad de que este biomarcador se incorpore a la práctica clínica. "Es importante conseguir la equidad en todo el territorio nacional. Actualmente se está haciendo un gran esfuerzo para implementarlo en la Cartera Básica de Servicios del SNS", ha apuntado.

## **MÁS DE 1.000 PACIENTES SE HAN BENEFICIADO DE LA PRUEBA**

La directora médico de Roche Farma España, M<sup>a</sup> Luz Amador, ha informado de que la compañía está colaborando con el Hospital Ramón y Cajal en el proyecto 'NeuroMarker 2.0', "que se dirige a facilitar a los centros disponer de las herramientas necesarias para realizar la determinación de sNfL en sangre en pacientes con EM que ya han iniciado el tratamiento. Actualmente, más de 1.000 pacientes ya se han beneficiado de esta prueba, que está disponible en 86 centros españoles".

El proyecto 'NeuroPath-EM' ha generado la 'Hoja de ruta para operativizar el uso de neurofilamentos como biomarcador en EM en la práctica clínica española'. El objetivo de la estrategia es que la medición se indique en guías clínicas, además de educar sobr

- Publicidad -

canalización de muestras, el desarrollo de protocolos de uso consensuados y la dotación de la tecnología para uso clínico entre los centros responsables.

---

- Publicidad -

# ELLA

(<https://>  
[ella.paraguay.com/](https://ella.paraguay.com/))

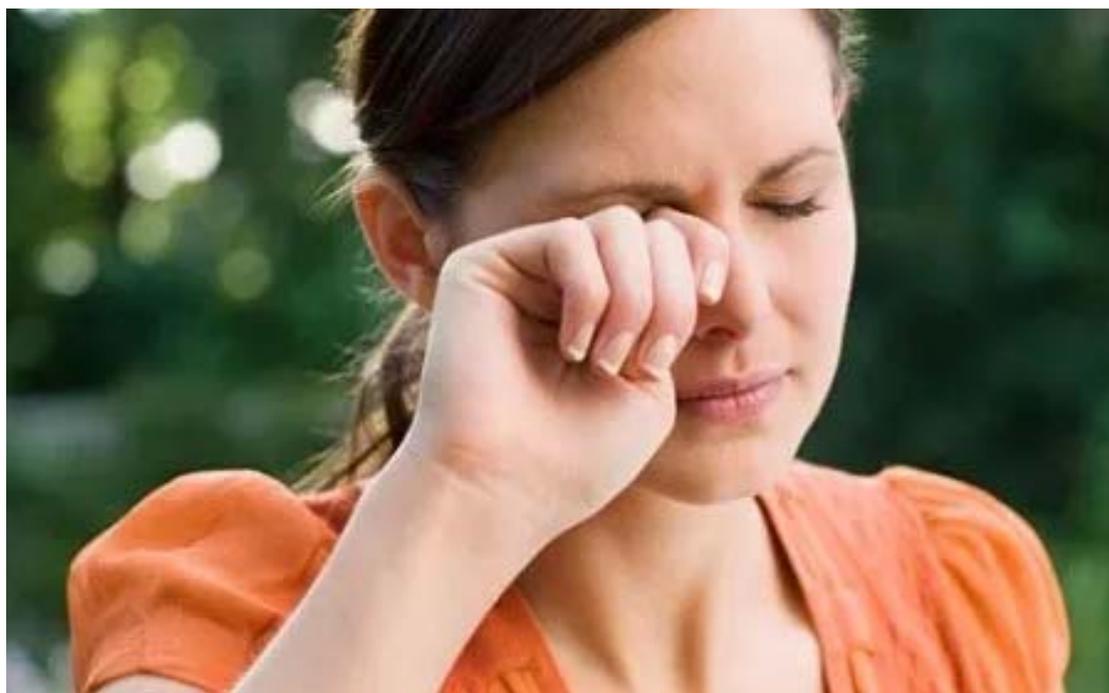
## paraguay

ella.paraguay.com)

Inicio (<https://ella.paraguay.com/>) Actualidad Moda Vida Sana Belleza Pareja

## Tic, un movimiento involuntario desde nuestro cerebro

febrero 5, 2014



*Un movimiento involuntario del párpado, un guiño de ojo,*



estimulantes como el café o fumar”, apunta la neuróloga **Rosario Luquin**, coordinadora del **Grupo de Estudio de Trastornos del Movimiento de la Sociedad Española de Neurología**.

### **Desde la infancia**

Los tics son movimientos bastante típicos en la edad infantil. Lo común es que se trate de tics benignos que van desapareciendo. Los tics más típicos son los faciales, como guiñar un ojo, pero también son frecuentes las sacudidas de cabeza, tocarse el pelo o levantar un brazo. Son parte del movimiento habitual del afectado. Este tipo de tics se pueden llegar a dominar.

“Cuando uno tiene muchos tics y los intenta inhibir durante un tiempo, una vez que deja de controlarlos aparece una especie de brote, como si uno estuviera aguantando la necesidad de moverse y cuando ya no aguanta más los tics aparecen como pueden”, explica la doctora Luquin, neuróloga en la Clínica Universidad de Navarra.

Pero cuando los tics se multiplican, se cronifican e interfieren en la vida cotidiana (muchos de los afectados se sienten acomplejados hasta el punto de tener problemas de convivencia social) hay que evaluar si se trata de la enfermedad de Tourette.

### **La enfermedad de los tics**

La enfermedad de los tics o de Tourette (que toma el nombre del neurólogo francés que diagnosticó la enfermedad) se inicia entre los 4 y los 13 años y existe siempre un antecedente familiar (padres, abuelos...) La genética una vez más está en el punto de partida.

Puede ser el caso de un niño que “tiene un tic en el ojo, luego levanta un brazo y después gira y sacude la cabeza”, unos movimientos repetitivos que “pasado un tiempo deja de hacer para incorporar un repertorio diferente”, expone Rosario Luquin, reconocida experta e investigadora de los trastornos del movimiento.

Los tics tienen un curso progresivo a partir del inicio de la enfermedad, a los 4 o 5 años, y algunos tienden a remitir en la pubertad pero otros se quedan ya de por vida. Lo que suele ser poco frecuente es que a partir de la pubertad los niños tengan más tics, “o tiende a remitir o se mantienen en la misma

intensidad”, indica la especialista.

Además de los trastornos del movimiento también son característicos los tics guturales o vocales: carraspeos o tos. Pero también se presenta como una tendencia patológica a pronunciar palabras obscenas o palabrotas de forma incontrolada, es lo que se llama coprolalia.

“En el origen de la enfermedad de Tourette hay un componente genético, pero además existe una alteración en el funcionamiento de las estructuras del cerebro, en los ganglios basales. Además, los mecanismos de liberación y de recaptación de la dopamina (sustancia que actúa como neurotransmisor de señales cerebrales, no funcionan bien provocando un exceso”, explica la neuróloga.

Los tratamientos farmacológicos van dirigidos a frenar la cantidad de dopamina del cerebro. Son medicamentos con actividad antidopaminérgica y suelen ser efectivos a la hora de dominar los movimientos descontrolados.

“Es más difícil, a veces, controlar los trastornos psiquiátricos que acompañan a estos tics”, apunta la doctora Luquin. Y es que la enfermedad de Tourette se puede asociar al trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) o al trastorno obsesivo compulsivo (TOC).

Tiene un componente psicológico y una disfunción importante de las tareas de aprendizaje.

### **Estimulación cerebral profunda**

Para las personas que sufren la enfermedad de Tourette hasta el punto de quedar incapacitados para llevar una vida laboral y social normal y que no respondan a los tratamientos farmacológicos o sufran sus efectos secundarios, se aplica una técnica quirúrgica denominada estimulación cerebral profunda.

La neuróloga Rosario Luquin explica que esta técnica consiste en colocar unos electrodos en núcleos concretos del cerebro que controlan los tics.

Son pocos casos los que necesita utilizar esta técnica que se practica en España, normalmente personas jóvenes que se enfrentan a esta cirugía que no comporta riesgos especiales. EFE/ Ana Soteras

### **Compartir:**

(<https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https%3A%2F%2Fella.paraguay.com%2Fsalud%2Fmovimiento-involuntario-desde-nuestro-cerebro%2>

**NEUROLOGÍA** | Informe de la patronal farmacéutica Phrma

## Estos son los fármacos en desarrollo para Alzheimer

Hay 81 moléculas en ensayos clínicos, 16 en fase III, con diferentes mecanismos de acción. Son moléculas pequeñas, biológicos y medicamentos reposicionados.

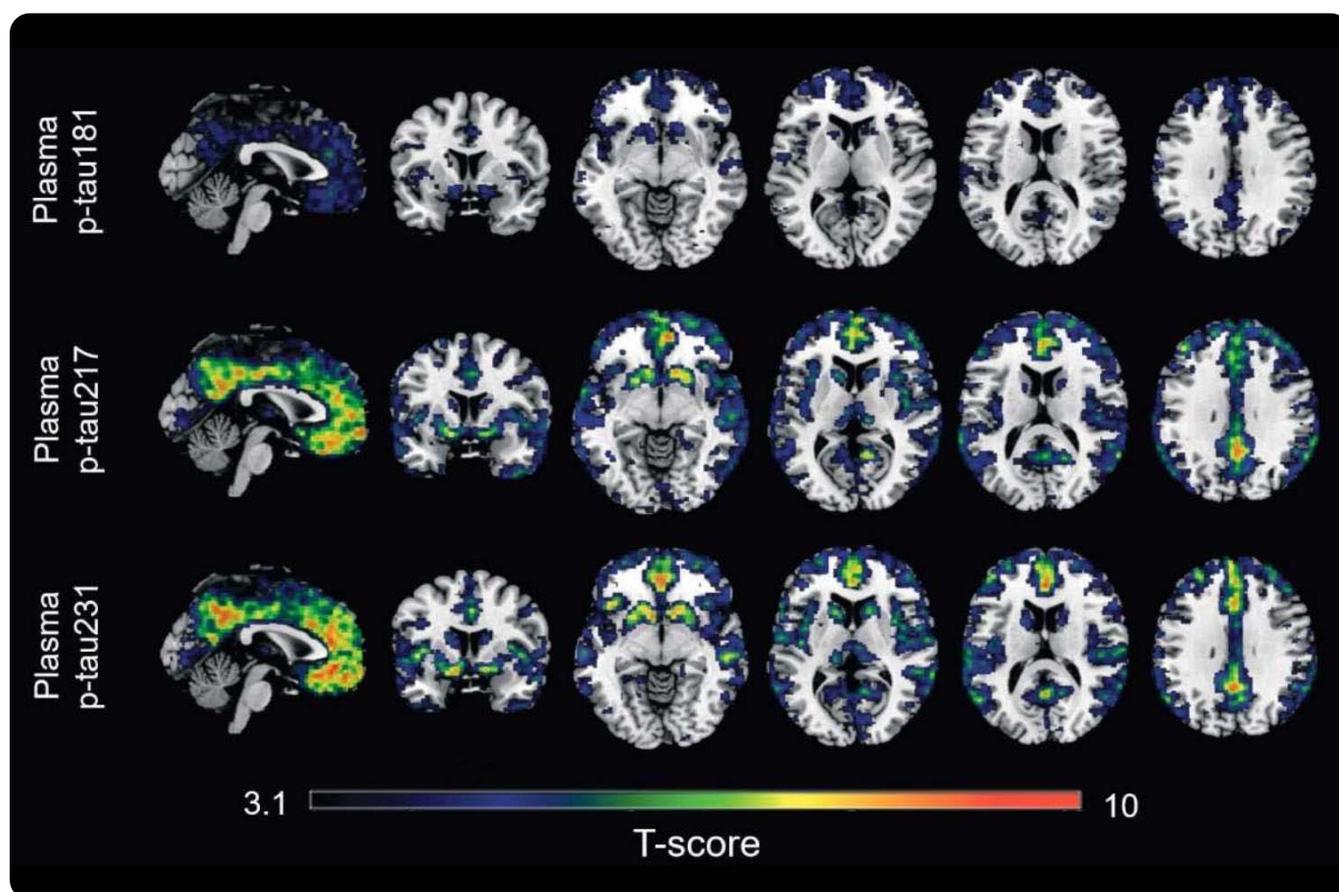


Imagen del cerebro de pacientes con Alzheimer.

Naiara Brocal | Madrid

Actualizado Lun, 11/11/2024 - 08:03

**P**ese a las dificultades y los muchos reveses y contratiempos, la I+D en Alzheimer se abre camino. Los avances en el desarrollo clínico permiten mantener viva la esperanza de contar en un futuro no muy lejano con nuevos fármacos que complementen un arsenal hoy por hoy escaso y con un impacto terapéutico, cuando menos, limitado.

Durante los últimos años la gran apuesta del desarrollo clínico han sido los

compuestos inmunoterápicos dirigidos a *limpiar* los depósitos de beta amiloide cerebrales. Hoy ya se dispone de los **primeros anticuerpos monoclonales, lecanemab y donanemab**, que han demostrado que su efecto reductor sobre estas placas se correlaciona con una ralentización de la progresión del deterioro cognitivo.

## Unidad Editorial

Unidad Editorial

De momento, en Europa, el primero de estos dos fármacos, lecanemab, no ha logrado el beneplácito de la agencia reguladora EMA, que en verano se posicionó en contra de su aprobación aduciendo que su **eficacia clínica modesta no compensa los riesgos** en cuanto a la aparición de anomalías en la imagen relacionadas con el amiloide (ARIA), que incluyen inflamación y posibles hemorragias en el cerebro, y pueden llegar a ser mortales.

Pero hay más biológicos dirigidos al beta amiloide en investigación, y muchos otros tratamientos en desarrollo clínico que aspiran a cambiar el curso natural de esta demencia o, al menos, aliviar sus síntomas. En total, son **81 terapias en desarrollo clínico, de las que 16 están en fase III y II/III** de ensayos clínicos **según los datos de Phrma**, la patronal estadounidense de la industria farmacéutica.

Por lo pronto, tras lograr su aprobación en fases iniciales de deterioro cognitivo y demencia, lecanemab y donanemab continúan su desarrollo clínico en fase III en pacientes con Alzheimer en etapa presintomática. Los resultados que se publiquen de estos estudios permitirán comprobar si es cierto que el uso muy temprano de estos tratamientos es más eficaz frente a la demencia. Otros biológicos dirigidos contra el beta amiloide de próxima generación, **remternetug y sabirnetug**, se ensayan en fase III y fase II/III.

2020.

## PROTEÍNA TAU

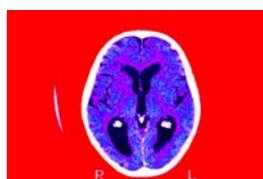
Junto con el beta amiloide, la **segunda gran diana** de los medicamentos en desarrollo para el Alzheimer es la proteína tau, causante de la formación de los ovillos neurofibrilares intracelulares, proceso también identificado en el origen de la enfermedad.

En fase II y fase III hay varios compuestos dirigidos contra tau, sobre todo

anticuerpos monoclonales (como **E2814**, **BMS-986446**, **posdinemab** y **bepranemab**) y oligonucleótidos antisentido (como **BIIB080**).

También se ensayan en fase III medicamentos orales sobre la base de una posible acción contra tau, como el **simufilam** y el **mesilato de hidrometiltionina**, que se considera un inhibidor de la agregación de tau y que es un derivado del cloruro de metiltionina o azul de metileno, que se usa en África contra la **malaria**.

## CONTENIDOS RELACIONADOS



Llega la segunda terapia modificadora del Alzheimer, con un régimen simplificado



La EMA rechaza la aprobación de lecanemab en Alzheimer



Describen una posible vía de transmisión de la enfermedad de Alzheimer

Hay más fármacos ultimando su desarrollo clínico que pertenecen a familias que se emplean en enfermedades tan diversas como la **obesidad**, la disfunción eréctil, la malaria o la artritis reumatoide. El más conocido es la **semaglutida**, a la que se le atribuyen efectos protectores frente a la neurodegeneración y la neuroinflamación.

El inhibidor de la fosfodiesterasa 5 **mirodefanil**, un fármaco de la familia del **Viagra**, podría tener efectos beneficiosos sobre la cognición por múltiples mecanismos de acción, incluyendo un efecto sobre el amiloide y la tau.

Otro fármaco con un mecanismo de acción conocido, en este caso en el área de las

enfermedades autoinmunes, es **BHV-8000**, inhibidor de TYK2/JAK1 en fase I que exhibe una alta capacidad para penetrar en el cerebro y que se considera que podría tener aplicación en el Alzheimer.

Dentro del listado de fármacos en desarrollo para Alzheimer que ha elaborado Phrma hay una propuesta curiosa, la del inhibidor de la proteasa **atuzaginstat**, que combatiendo el patógeno periodontal *Porphyromonas gingivalis* busca obtener un beneficio frente al deterioro cognitivo.

## PARA INSOMNIO Y DEMENCIA

En el grupo de moléculas pequeñas en fases avanzadas e desarrollo están **fosgonimeton** y **NA-831**, que se considera que son capaces de promover la neurogénesis; **bezisterim**, que actúa por la vía de la inflamación; **buntanetap**, que se considera inhibidor de proteínas neurotóxicas, y **piromelatine**, con el que se aspira a mejorar el insomnio y la cognición.

Son decenas los compuestos en investigación que exploran vías distintas al beta amiloide. **Raquel Sánchez Valle**, coordinadora del Grupo de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología, revela que predominan las terapias dirigidas a tau y la inflamación y los tratamientos sintomáticos que actúan sobre diferentes neurotransmisores, seguidos por los que buscan la eliminación de sustancias tóxicas.

La experta alerta que es pronto para esperar hallar tratamientos modificadores de la enfermedad por la vía de la tau. "Las terapias que se están desarrollando ahora mismo son similares a los primeros fármacos contra el beta amiloide; **algunos ni siquiera modifican tau, con lo cual es difícil que logren un efecto clínico**".

Entre los tratamientos que se cree que pueden ser útiles por su efecto antiinflamatorio se incluye la **semaglutida**, pero la experta considera que todavía no se puede saber si el posible efecto protector frente a la demencia observado con los seguimientos a largo plazo se debe a este efecto: "Desde el punto de vista fisiopatológico tiene mucho sentido pero una vez el paciente tiene síntomas habrá que ver si estos fármacos tienen un impacto, porque el proceso de inflamación parece que es bastante precoz".

## ANTICUERPOS BIESPECÍFICOS

**Xavier Morató**, director de Ensayos Clínicos del Ace Alzheimer Center Barcelona, destaca el interés de la investigación con anticuerpos biespecíficos con capacidad de mejorar ciertas propiedades con respecto a otros biológicos, como la penetración del compuesto en el cerebro. Uno de estos fármacos candidatos es **ALIA-1758**, que se prevé que consiga una reducción importante de la carga del amiloide cerebral con una dosis baja del anticuerpo, lo que permitiría la administración subcutánea mensual.

Otra vía interesante, resalta Morató, son las terapias dirigidas al receptor TREM2, que ayudan a las células microgliales a reducir la inflamación en el sistema nervioso. En este sentido asegura que genera mucha "expectación" la cercana publicación de resultados de fase II del ensayo *Invoke-2* con el anticuerpo monoclonal **AL002**, "que aparecerán a finales de este año". También por esta vía hay moléculas pequeñas, como **VG-3927**, agonista de TREM2.

La historia reciente de lecanemab en Europa evidencia que, pese a la gran necesidad de tratamientos para el Alzheimer que existe, demostrar eficacia clínica no es suficiente para llegar al mercado. Por este motivo Morató comprende que las moléculas que tienen más posibilidades de ver la luz a corto plazo serían aquellas fruto del **reposicionamiento** y aquellas ya aprobadas en otras indicaciones, las de administración oral o subcutánea, y con menos efectos adversos que los biológicos.

## COMBINACIONES

Dada la complejidad del Alzheimer, se asume que el tratamiento del futuro consistirá en una **combinación de terapias** que se administrarán en fases tempranas. "Seguramente no existirá una solución mágica única para la enfermedad de Alzheimer. En el caso del cáncer y el VIH, el éxito ha venido de la combinación de un diagnóstico temprano con tratamientos combinados que modulan los diferentes procesos de la enfermedad", señala Morató.

Sánchez Valle coincide: "Con los anticuerpos monoclonales dirigidos contra el beta amiloide se está viendo que **cuanto antes se administren mejor**. Es probable que

tengamos que avanzar en el momento en el que se inicia el tratamiento para tener un impacto relevante, y que necesitemos terapias combinadas, tal vez dirigidas contra el amiloide, la tau y la inflamación", agrega la experta de la SEN.



La PET de amiloide ganará en uso con los nuevos fármacos anti-amiloide.

Más a corto plazo, la neuróloga de la SEN resalta el reto de acoger los biológicos anti-amiloide en Europa. La opinión negativa de la EMA sobre lecanemab puede no ser el final de su historia en Europa. En cuanto a donanemab, indica que hay ciertas características diferenciales con lecanemab que pueden facilitar lograr la aprobación; especialmente, que en su desarrollo se concibió como una terapia limitada en el tiempo hasta la limpieza del amiloide cerebral, frente al tratamiento crónico con lecanemab.

De llegar a la práctica clínica en países como España "habrá que **cambiar las dinámicas para la detección precoz, tratamiento y selección de los pacientes**. Si son intravenosos necesitan hospitales de día, más la monitorización de efectos adversos. Además hay ciertos elementos como el diagnóstico precoz a través de biomarcadores, que se está empezando a mover, que se acelerará en el caso de que se aprueben en Europa".

I.

Para **Mercè Boada**, directora médica del Ace Alzheimer Center Barcelona, pese a los inconvenientes en cuanto a la seguridad y los costes de lecanemab, "los beneficios que pueden brindar esta molécula a una persona son invaluable".

De momento, el medicamento ha sido **aprobado** en Estados Unidos, Japón, China, Corea del Sur, Israel, Emiratos Árabes Unidos y el Reino Unido, aunque el Instituto Nacional de Salud y Excelencia Clínica del Reino Unido (NICE) ha rechazado la cobertura del sistema de salud público (NHS). También Australia de momento lo ha echado para atrás.

"Para la EMA y la Therapeutic Goods Administration (TGA) en Australia la eficacia del medicamento no supera los riesgos para la seguridad. Mientras que para el NICE los beneficios del medicamento no superan sus costes. El **debate** esta servido", observa Boada.



La conexión entre el intestino y la felicidad: mejora tu digestión, mejora tu vida

Ofrecido por  
Laboratorios Vilardell



Zinnat, el antibiótico para tratar distintas clases de infecciones comunes

Ofrecido por SANDOZ



Selpercatinib de Lilly, primer inhibidor selectivo del gen RET para cáncer medular de tiroides

Ofrecido por Lilly



SIGRE: nuevas alianzas ante nuevos desafíos

Ofrecido por Sigre



Adiós a los falsos mitos sobre la gripe y resfriado

Ofrecido por P&G



"En Angelini Pharma nos dirigimos hacia una medicina más personalizada y preventiva en el campo de la epilepsia"

Ofrecido por Angelini Pharma



Esta es la nueva alternativa terapéutica financiada para los pacientes adultos con CCCE metastásico o

localmente avanzado  
Ofrecido por Regeneron  
que no son



## LABORATORIOS

# La migraña, una dolencia invisible que afecta al 9% de los niños y adolescentes en España

Esta patología es una de las principales causas de discapacidad entre los 5 y 19 años

10 de noviembre de 2024



### ***Fátima Del Reino Iniesta (Alicante)***

La **migraña** es una **enfermedad silenciosa** que impacta en la vida de miles de niños y adolescentes en España. El **Dr. Pablo Irimia**, coordinador del grupo de cefaleas de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y neurólogo en la Clínica Universitaria de Navarra, resaltó la importancia de atender de manera adecuada

a estos pacientes que representan alrededor del **9% de la población infantil y juvenil**.

*“La relevancia de la migraña en la población infantil y adolescente se basa en su elevada frecuencia en esa población y en que representa una de las principales causas de **discapacidad** en ese grupo de edad”, afirmó el Dr. Irimia durante el seminario **Lundbeck Migraña: en cada capítulo de la vida**, celebrado este viernes en Alicante.*

*“La relevancia de la migraña en la población infantil y adolescente se basa en su elevada frecuencia en esa población”*

A diferencia de los adultos, estos jóvenes **no siempre son capaces de describir con precisión el dolor** que padecen. Por ello, suelen describir su dolor a través de dibujos para poder expresarse, lo que muchas veces complica el diagnóstico temprano y preciso. La migraña no es solo un dolor de cabeza. Para estos pacientes, representa una de las **principales causas de discapacidad entre los 5 y 19 años**, lo que se traduce en ausencias escolares, disminución del rendimiento escolar y de la calidad de vida.

*“Cuando se comparan diferentes escalas que evalúan la discapacidad, se observa que la puntuación de los niños con migraña crónica es similar a la de aquellos con enfermedades graves como el cáncer o la artritis reumatoide, ampliamente reconocidas por su alto grado de incapacidad. Sin embargo, la migraña enfrenta un problema adicional: al igual que en los adultos, esta enfermedad es invisible”, destacó el neurólogo.*

Esta discapacidad, al ser invisible, suele ser **incomprendida** tanto por el entorno escolar como por el familiar, que tiende a atribuir el dolor a problemas de hábitos o cansancio, y no a una condición médica real y debilitante.

*“Cuando se comparan diferentes escalas que evalúan la discapacidad, se observa que la puntuación de los niños con migraña crónica es similar a la de aquellos con enfermedades graves como el cáncer o la artritis reumatoide”*

## **Dificultades en el diagnóstico**

Una de las barreras más importantes en la atención de los pacientes pediátricos con migraña es la **dificultad de diagnosticar la enfermedad** en etapas tempranas. A menudo, los niños son incapaces de expresar la magnitud del dolor y, en cambio, dibujan lo que sienten, mostrando con imágenes cómo perciben su migraña como “*martillazos*” en la cabeza o un “*clavo*” que se hunde en sus sienes. Esta peculiaridad, según el Dr. Irima, plantea un **reto importante para los neurólogos y neuropediatras**, quienes deben saber interpretar estos signos para confirmar que se trata de una migraña y no de otro trastorno neurológico.

Los niños con migraña también experimentan síntomas adicionales, como náuseas, vómitos, hipersensibilidad a la luz y al ruido, y pueden manifestar otros síndromes asociados, como la cinetosis o el “*síndrome de vómitos cíclicos*”. Estos episodios se caracterizan por presentar dolor abdominal recurrente y vómitos, sin necesariamente involucrar un dolor de cabeza. Esta variedad de síntomas puede llevar a diagnósticos erróneos y tratamientos inadecuados, retrasando la atención correcta y aumentando el sufrimiento de los jóvenes.

El Dr. Irima también destacó que aproximadamente el **70% de los niños con migraña tienen antecedentes familiares** de esta condición, lo que sugiere una fuerte predisposición genética. En la adolescencia, además, se observa un aumento en la prevalencia de migraña entre mujeres, especialmente a partir de la menarquia, etapa en la que las fluctuaciones hormonales parecen jugar un papel importante en el desarrollo de la enfermedad.

## Factores desencadenantes y su impacto en la vida

La migraña en jóvenes puede desencadenarse por **múltiples factores**, muchos de los cuales son comunes a los que afectan a los adultos. Entre ellos, el Dr. Irima mencionó el sueño insuficiente, el ayuno, el estrés y la inactividad física. Sin embargo, uno de los factores que preocupa cada vez más es el **sobrepeso y la obesidad**, que se ha demostrado aumenta el riesgo de desarrollar **migraña crónica**. “*La prevención de la obesidad en la infancia y adolescencia podría reducir el número de casos de migraña crónica*”, subrayó el experto.

La importancia de cuidar estos factores en niños y adolescentes ha llevado a la creación de una regla mnemotécnica: **Smart** (por sus siglas en inglés). Esta regla recuerda la necesidad de mantener un **sueño adecuado**, una **alimentación regular** sin ayunos prolongados, realizar **actividad física moderada**, controlar el **estrés** y, por último, **identificar y evitar desencadenantes específicos** en cada caso. Según el Dr. Irima, estos cuidados en el estilo de vida son fundamentales para ayudar a reducir la frecuencia y la intensidad de las crisis en jóvenes que ya sufren esta patología.

## Retos y necesidades no cubiertas en el tratamiento

Uno de los desafíos más importantes en el tratamiento de la migraña infantil es la falta de terapias específicas para esta población. Actualmente, los medicamentos utilizados para tratar la migraña en adultos son los mismos que se aplican en niños y adolescentes, aunque con evidencia limitada sobre su eficacia en menores de 18 años. **Solo un 5%** de los niños y adolescentes **que necesitan tratamiento preventivo lo reciben**, en gran parte debido a la falta de aprobación de estos medicamentos para menores y a la atención de ensayos clínicos en esta población.

*“Es necesario que existan tratamientos específicos para niños y adolescentes que sean seguros y eficaces”*

*“Es necesario que existan tratamientos específicos para niños y adolescentes que sean seguros y eficaces”*, afirmó el Dr. Irima, quien destacó el progreso de los ensayos clínicos en terapias avanzadas, como los anticuerpos monoclonales, que podrían estar disponibles en pocos años para pacientes pediátricos. Estos tratamientos han mostrado buenos resultados en adultos y, de ser aprobados para niños y adolescentes, representarían un avance significativo en la calidad de vida de estos jóvenes. A pesar de ello, las largas esperas para acceder a especialistas en neurología infantil y el desconocimiento sobre el manejo adecuado de esta condición en atención primaria son barreras adicionales que dificultan un tratamiento adecuado y eficaz.

El especialista también indicó que una de las mayores carencias es el bajo porcentaje de diagnósticos precisos. Se estima que **solo el 20% de los niños que acuden a consulta médica reciben un diagnóstico** claro de migraña, en lugar de una cefalea inespecífica. Sin un diagnóstico correcto, muchos jóvenes no reciben las opciones de tratamiento que podrían mejorar significativamente su bienestar y reducir la frecuencia de sus crisis.

Con un diagnóstico adecuado y tratamientos específicos, sería posible reducir significativamente el impacto de la migraña en niños y adolescentes, permitiéndoles retomar sus actividades cotidianas y mejorar su rendimiento académico y social. *“Aunque la migraña no se puede curar, reducir el número de crisis mensuales mejora enormemente la calidad de vida de los pacientes”*, finalizó el Dr. Irima.

## Noticias complementarias



## Apnea del sueño y riesgo de demencia, más frecuente en mujeres: “Hay grandes sesgos diagnósticos”

No solo las mujeres tienen más riesgo de demencia por apnea del sueño que los hombres, sino que también son las más afectadas por el infradiagnóstico de los trastornos del sueño



La Dra. Ana Fernández Arcos nos habla de apnea del sueño y riesgo de demencia. (Foto: Archivo/Montaje ConSalud)



ITZIAR PINTADO

11 NOVIEMBRE 2024 | 07:00 H



Archivado en:

APNEA DEL SUEÑO · DEMENCIA · SEN

La **apnea del sueño** puede favorecer el desarrollo de la **demencia** en adultos. Esta afirmación se entiende mejor si tenemos en cuenta que "la apnea no solo afecta a la calidad del sueño, sino también a su estructura", según afirma la **Dra. Ana Fernández Arcos**, coordinadora del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

También esta afirmación es la conclusión del último estudio realizado por Michigan Medicine, publicado en **SLEEP Advances**, que afirma no solo que la apnea contribuye a la demencia, sino que **es más probable que la desarrollen las mujeres**. Este es el resultado de diferentes encuestas y pruebas cognitivas en más de 18.500 adultos.

"Sabemos que las personas que tienen apneas tienen **una mayor fragmentación del sueño y un menor porcentaje de sueño de ondas lentas**", asegura la experta en una entrevista para [ConSalud.es](https://www.consalud.es). Este último es fundamental "para el mantenimiento cerebral no solamente a nivel estructural, sino también en la eliminación de toxinas o sustancias que pueden ser tóxicas en el cerebro", indica.

### ***"Las mujeres con apnea del sueño conocida o sospechada tienen más probabilidades que los hombres de ser diagnosticadas de demencia"***

Es por tanto que, como afirma la neuróloga, "las personas que sufren apnea tienen más riesgo de desarrollar demencia antes". Y si hablamos en todos los niveles de edad, el estudio afirma que "las mujeres con apnea del sueño conocida o sospechada tienen más probabilidades que los hombres de ser diagnosticadas de demencia". Es más, también este trabajo afirma que la tasa de diagnóstico se redujo entre los hombres y **augmentó en las mujeres a medida que envejecían**.

Es cierto que "hay que hacer un esfuerzo para, sobre todo, diagnosticar a los hombres", que pueden sufrir apnea con más frecuencia. Pero "no hay que dejar atrás", destaca la neuróloga, "a todas esas mujeres que pueden tener síntomas y que, en algunos casos, se confunden con insomnio". "Hay grandes sesgos de diagnóstico", asegura.

Como explica el trabajo publicado en *SLEEP Advances*, cuando las mujeres pasan la **menopausia**, el estrógeno disminuye y, por tanto, esto puede afectar a su cerebro. Precisamente, **la menopausia puede dar lugar a confusión**, como indica la experta de la SEN, llegando a pensar que se trata de un insomnio, cuando puede ser una apnea.

### ***"La apnea del sueño aumenta significativamente tras la menopausia, pero sigue estando infradiagnosticada"***

En cambio, el estudio indica que "la apnea del sueño aumenta significativamente tras la menopausia, pero sigue estando infradiagnosticada". Por tanto, explican los investigadores, "necesitamos más estudios epidemiológicos para entender mejor cómo los trastornos del sueño en las mujeres afectan a su salud cognitiva".

## MÁS ESTUDIOS A PERSONAS MÁS JÓVENES

También se necesitan "más estudios en personas más jóvenes", sostiene la coordinadora del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño. Y es que lo ideal sería "detectar la apnea del sueño en las personas más jóvenes **antes de que se produzcan cambios cerebrales**", puntualiza la experta.

En esta línea, la neuróloga recuerda que "hay factores, como la edad, el sexo o algunas características genéticas, que no pueden modificar el riesgo de sufrir demencia". Sin embargo, otro tipo de factores sí podrían influir "**como la dieta, el ejercicio o evitar tóxicos como el alcohol**, donde también entraría una **buena higiene del sueño**", asevera. "Es muy importante tener una buena salud cerebral y para ello uno de los pilares fundamentales es tener un sueño adecuado", concluye.

Los contenidos de ConSalud están elaborados por periodistas especializados en salud y avalados por un comité de expertos de primer nivel. No obstante, recomendamos al lector que cualquier duda relacionada con la salud sea consultada con un profesional del ámbito sanitario.

Publicidad

## Te puede gustar

Enlaces Promovidos por Taboola

### Los expertos coinciden: La energía solar solo vale la pena si tu techo...

EcoExperts

### Mujer de 52 años con rostro de bebé. Esto es lo que hace antes de acostarse

La revista de la piel

### Un médico aconseja a las mujeres: "Tiren la crema a la basura y utilicen este remedio casero"

piellibredemancha.es

### Difícil de creer: Este es el precio real de los audífonos en Tarancón

## BUSCA TU CARRERA

([https://carreraspopulares.com/calendario\\_carreras/lista/CuVPow/carreras\\_espa%C3%B1a\\_proximos\\_30\\_dias](https://carreraspopulares.com/calendario_carreras/lista/CuVPow/carreras_espa%C3%B1a_proximos_30_dias))

Tenemos 112 eventos a tu disposición

 Buscar

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

/ Más de 800 personas corren en Madrid para visibilizar el ictus

# Más de 800 personas corren en Madrid para visibilizar el ictus

Por [carreraspopulares.com](https://carreraspopulares.com)



(<http://carreraspopulares.com/WB/carrera-popular-dia-del-ictus>)

- Más de 800 personas corren en Madrid para visibilizar el ictus
- Este domingo, el madrileño Parque Juan Carlos I se ha llenado de gente corriendo para dar visibilidad al ictus, una de las causas de mortalidad y discapacidad más importantes de nuestro país

Madrid, 10 de noviembre de 2024. Más de 800 personas se han dado cita esta mañana en el Paseo de Otoño del Parque Juan Carlos I para participar en la primera edición de la Carrera Popular Día del Ictus. Organizada por la **Sociedad Española de Neurología**, esta carrera busca visibilizar el ictus, una de las principales causas de mortalidad y discapacidad en España, así como resaltar el papel del deporte en su prevención.

El día, cargado de deporte y solidaridad, comenzó poco antes de las 10 de la mañana, momento en el que la doctora **María del Mar Freijo**, Coordinadora del Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares de la Sociedad Española de Neurología, realizó un pequeño discurso previo a la salida: "*Actividades como ésta nos ayudan a dar visibilidad al problema del ictus, porque claramente, la actividad física y deportiva es uno de los hábitos que ayudan a su prevención*", declaró.

Tras ello, todos los participantes realizaron un minuto de silencio como homenaje a los desaparecidos debido a la reciente DANA, uniendo a los corredores en un gesto de solidaridad y respeto. Después, puntualmente, a las 10 de la mañana, se daba el pistoletazo de salida y corredores y corredoras se lanzaban a disfrutar de una mañana de deporte y concienciación.

Las tres modalidades de la carrera, 10k, 5k y marcha no competitiva, congregaron a un gran número de participantes que, con su esfuerzo, contribuyeron a enviar a la sociedad un mensaje unívoco: que el deporte y los hábitos de vida saludables son fundamentales para luchar contra el ictus, demostrando así el compromiso de la sociedad madrileña con esta causa.

La Carrera Popular Día del Ictus no solo ha sido un evento deportivo, sino también una oportunidad para informar y sensibilizar a la población sobre los factores de riesgo del ictus y la importancia de la prevención a través de hábitos tan sencillos como la alimentación equilibrada, el ejercicio regular y el control de la presión arterial.

## Clasificación carrera 10K

### Masculina

1. Carlos Canales Galán
2. Tomás Martín Iglesias
3. Félix Javier Guzmán Gutiérrez

### Femenina

1. Blanca Fernández
2. María Sereno Moyano
3. María Martín Navarro

## Clasificación carrera 5K

### Masculina

1. Juan Antonio Valverde Reyes

2. Javier Domínguez Villaescusa
3. José Fabián Dipán

### Femenina

1. Laura Sánchez Sánchez
2. María Martínez Cañellas
3. Paula Sánchez Caballero

Más información: [ [carrerapopulardiadelictus \(https://carreraspopulares.com/WB/carrera-popular-dia-del-ictus\)](https://carreraspopulares.com/WB/carrera-popular-dia-del-ictus) ]

#### CARRERAS DESTACADAS

#### CARRERAS DE NAVIDAD Y SAN SILVESTRES

([https://carreraspopulares.com/calendario\\_carreras/lista/tzJR5g/carreras\\_san\\_silvestre](https://carreraspopulares.com/calendario_carreras/lista/tzJR5g/carreras_san_silvestre))

Diciembre 2024

- 
- 22/12/2024** **XII SAN SILVESTRE DE MONTAÑA ...**  
SOT DE FERRER (CASTELLÓN)  
([https://carreraspopulares.com/carrera/san-silvestre-sot-de-ferrer?fr\\_param=l](https://carreraspopulares.com/carrera/san-silvestre-sot-de-ferrer?fr_param=l))
- 
- 29/12/2024** **SAN SILVESTRE ALBORAYA**  
ALBORAYA (VALENCIA)  
([https://carreraspopulares.com/carrera/san-silvestre-alboraya?fr\\_param=l](https://carreraspopulares.com/carrera/san-silvestre-alboraya?fr_param=l))
- 
- 31/12/2024** **SAN SILVESTRE COLLADO VILLAL...**  
COLLADO VILLALBA (MADRID)  
([https://carreraspopulares.com/carrera/san-silvestre-collado-villalba?fr\\_param=l](https://carreraspopulares.com/carrera/san-silvestre-collado-villalba?fr_param=l))
- 



Volver a la portada



Buscador de noticias

(<https://carreraspopulares.com/revista/buscar>) (<https://carreraspopulares.com/revista/noticias/IDKq6w/actualidad>)



Más sobre Actualidad



**GACETÍN MADRID**  
Periódico digital de la Ciudad de Madrid



Peugeot: Neumáticos 2x1



**Ahora también en neumáticos 4 estaciones. Consulta condiciones.**

garantía.

Ver más

Gestionar el consentimiento de las cookies



Para ofrecer las mejores experiencias, utilizamos tecnologías como las cookies para almacenar y/o acceder a la información del dispositivo. No consentir o retirar el consentimiento, puede afectar negativamente a ciertas características y funciones. Más información [política de cookies](#) y [política de privacidad](#).

ACEPTAR

DENEGAR

VER PREFERENCIAS

[Política de cookies](#) [Política de privacidad](#)



Oral-B  
iO  
love



Este domingo, 10 de noviembre, el Parque Juan Carlos I de Madrid organiza la Carrera Popular Día del Ictus en [Madrid](#). Organizadora de esta carrera busca visibilizar el ictus, una de las principales causas de discapacidad, así como resaltar el papel del deporte en su prevención.

Peugeot: Neumáticos 2x1



**Ahora también en neumáticos 4 estaciones. Consulta condiciones.**

### Gestionar el consentimiento de las cookies



Para ofrecer las mejores experiencias, utilizamos tecnologías como las cookies para almacenar y/o acceder a la información del dispositivo. No consentir o retirar el consentimiento, puede afectar negativamente a ciertas características y funciones. Más información [política de cookies](#) y [política de privacidad](#).

ACEPTAR

DENEGAR

VER PREFERENCIAS

[Política de cookies](#) [Política de privacidad](#) [Política de privacidad](#)





Peugeot: Neumáticos 2x1 ✕



**Ahora también en neumáticos 4 estaciones. Consulta condiciones.**

### Gestionar el consentimiento de las cookies ✕

Para ofrecer las mejores experiencias, utilizamos tecnologías como las cookies para almacenar y/o acceder a la información del dispositivo. No consentir o retirar el consentimiento, puede afectar negativamente a ciertas características y funciones. Más información [política de cookies](#) y [política de privacidad](#).

ACEPTAR

DENEGAR

VER PREFERENCIAS

[Política de cookies](#) [Política de privacidad](#) [Política de privacidad](#) ⤴



Cientos de participantes se unirán a esta causa en un día de deporte y solidaridad. Con salida y meta en el Paseo de la Castellana para todas las edades y niveles:

- **10 kilómetros:** Dos vueltas al circuito con salida y meta en el Paseo de la Castellana.
- **5 kilómetros:** Una vuelta al recorrido, iniciando y finalizando en el Paseo de la Castellana.
- **Marcha de 5 kilómetros:** Ideal para quienes prefieren ir a ritmo de marcha.

Los dorsales podrán recogerse el mismo domingo en el punto de salida. El evento contará con un servicio de ropero gratuito. Después del domingo en familia, donde cada paso cuenta para apoyar la investigación y sensibilización al ictus. ¡No faltes!

Peugeot: Neumáticos 2x1

**Ahora también en neumáticos 4 estaciones. Consulta condiciones.**

### Gestionar el consentimiento de las cookies



Para ofrecer las mejores experiencias, utilizamos tecnologías como las cookies para almacenar y/o acceder a la información del dispositivo. No consentir o retirar el consentimiento, puede afectar negativamente a ciertas características y funciones. Más información [política de cookies](#) y [política de privacidad](#).

ACEPTAR

DENEGAR

VER PREFERENCIAS

[Política de cookies](#) [Política de privacidad](#) [Política de privacidad](#)



✉ info@corriendovoy.c (mailto:info@corriendovoy.c  
om om)



(https://corriendovoy.com/)

226ERS



s:// www. s://  
www. insta twitt  
faceb insta twitt  
book.c gram er.co  
om/ @er.co  
corri / corri  
endo endo  
voy) voy)  
Inicio Noticias  
Entrenamiento Salud

Material Carreras Vídeos

# Carrera popular Día del Ictus: crónica, clasificaciones y fotos

👤 Redacción Corriendovoy 📅 10/11/2024



Más de 800 personas se han dado cita esta mañana en el Paseo de Otoño del Parque Juan Carlos I. El objetivo: participar en la primera edición (<https://corriendovoy.com/nace-primera-carrera-popular-dia-ictus-27-octubre/>) de la Carrera Popular Día del Ictus. Organizada por la Sociedad Española de Neurología, esta carrera busca visibilizar el ictus, una de las principales causas de mortalidad y discapacidad en España, así como resaltar el papel del deporte en su prevención.

El día, cargado de deporte y solidaridad, comenzó poco antes de las 10 de la mañana. Fue cuando la doctora María del Mar Freijo, Coordinadora del Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares de la Sociedad Española de Neurología, realizó un pequeño discurso previo a la salida de la Carrera

▲ Privacidad

Popular Día del Ictus: «Actividades como ésta nos ayudan a dar visibilidad al problema del ictus, porque claramente, la actividad física y deportiva es uno de los hábitos que ayudan a su prevención», declaró.

(https://corriendovoy.com/)

## Minuto de silencio como homenaje

Entrenamiento Salud

Material Carreras Vídeos

Tras ello, todos los participantes realizaron un minuto de silencio como homenaje a los desaparecidos debido a la reciente DANA, uniendo a los corredores en un gesto de solidaridad y respeto. Después, puntualmente, a las 10 de la mañana, se daba el pistoletazo de salida y corredores y corredoras se lanzaban a disfrutar de una mañana de deporte y concienciación.

Las tres modalidades de la carrera, 10k, 5k y marcha no competitiva, congregaron a un gran número de participantes. Con su esfuerzo los corredores contribuyeron a enviar a la sociedad un mensaje unívoco: que el deporte y los hábitos de vida saludables son fundamentales para luchar contra el ictus, demostrando así el compromiso de la sociedad madrileña con esta causa.

La Carrera Popular Día del Ictus no solo ha sido un evento deportivo, sino también una oportunidad para informar y sensibilizar a la población sobre los factores de riesgo del ictus y la importancia de la prevención a través de hábitos tan sencillos como la alimentación equilibrada, el ejercicio regular y el control de la presión arterial.

## Clasificación carrera 10K Carrera Popular Día del Ictus

### Masculina

- 1º – Carlos Canales Galán
- 2º – Tomás Martín Iglesias
- 3º – Félix Javier Guzmán Gutiérrez

### Femenina

- 1ª – Blanca Fernández
- 2ª – María Sereno Moyano
- 3ª – María Martín Navarro

### Clasificación carrera 5K



Privacidad

## Masculina

1º – Juan Antonio Valverde Reyes

[Inicio](#) [Noticias](#)

2º – Javier ~~Domin~~<sup>VOY!</sup>guez Villaescusa

[Entrenamiento](#) [Salud](#)

3º – José Fabian Dipán  
(<https://corriendovoy.com/>)

## Femenina

[Material](#) [Carreras](#) [Vídeos](#)

1ª – Laura Sánchez Sánchez

2ª – María Martínez Cañellas

3ª – Paula Sánchez Caballero

**CLASIFICACIONES:** [www.carrerapopulardiadelictus.es](http://www.carrerapopulardiadelictus.es) (<http://www.carrerapopulardiadelictus.es>)



[Privacidad](#)



Ictus: este sencillo gesto diario y al alcan...

## Ictus: este sencillo gesto diario y al alcance de todos puede ayudarte a prevenirlo

### Bienestar

✔ Fact Checked

El ictus es una enfermedad cerebrovascular con un impacto catastrófico. Su prevención es posible si sabes cómo. Aquí te damos algunos consejos.

Actualizado a: Lunes, 11 Noviembre, 2024 06:57:30 CET



X



**Ictus: este sencillo gesto diario y al alcan...**

**ociedad Española de Neurología (SEN)**

dénomina **ictus** a un trastorno brusco de la circulación cerebral, que altera la función de una determinada región del cerebro. **Su presentación es brusca y es más frecuente en personas mayores**, aunque también puede producirse en jóvenes.

La causa puede ser una disminución importante del flujo sanguíneo que recibe una parte de nuestro cerebro o una hemorragia originada por la rotura de un vaso cerebral. En el primer caso, **hablamos de ictus isquémicos**, que son **los más frecuentes** (hasta el 85% del total, y su consecuencia final es el infarto cerebral, una situación irreversible. La segunda situación se refiere a los ictus hemorrágicos, que son menos frecuentes pero su mortalidad es mayor; la contrapartida es que los supervivientes suelen presentar, a medio plazo, **secuelas menos graves**.

PUBLICIDAD



Los datos de prevalencia e incidencia no dejan lugar a dudas sobre el impacto del ictus tanto en los pacientes y sus familias como en el sistema sanitario y el conjunto de la sociedad. **Es la segunda causa de muerte en nuestro país y la primera de discapacidad en el adulto**, por encima de los accidentes de tráfico. Tal y como destaca Carlos Tejero, portavoz de la SEN, uno de cada cuatro españoles va a sufrir un ictus a lo largo de su vida. "El ictus es una enfermedad muy frecuente y de consecuencias devastadoras, así que es esencial prevenir", insiste **Manuel Yáñez**, responsable de la Unidad de Ictus del Complejo Hospitalario Universitario de Santiago de Compostela (CHUS).

## Factores de riesgo

Para prevenir es importante conocer los factores de riesgo que deterioran nuestra salud vascular. "Hay algunos que no son modificables, **como la edad**,

X



como otros sí, y es aquí donde tenemos que poner todo el esfuerzo que se pueda”, afirma Esther Duarte, inspectora de la Fundación Ictus y jefa de servicio emérita de Rehabilitación en el Hospital del Mar de Barcelona.

De los modificables, el más importante es la hipertensión arterial, según Manuel Yáñez: “Aumenta por cinco el riesgo de sufrir un ictus y es muy prevenible, aunque no da síntomas. De ahí, la importancia de medirla periódicamente”.

Junto a una tensión arterial alta, están otras circunstancias clínicas que siempre se ligan a todas las enfermedades de índole vascular: **diabetes, dislipemia (concentración elevada de colesterol y triglicéridos), fumar, el abuso del alcohol, el consumo de estimulantes, el sedentarismo y el estrés.**

Sin embargo, Carlos Tejero señala otras variables asociadas a esta enfermedad que debemos tener en cuenta: “El ictus es como una plaza a la que se llega por muchas calles. Una es la que conforman esos factores de riesgo de las patologías vasculares, pero otra muy importante son las arritmias cardíacas, que incrementan por cinco el riesgo de ictus y **entre el 20%-25% de estos accidentes cerebrovasculares se asocian a arritmias**”.

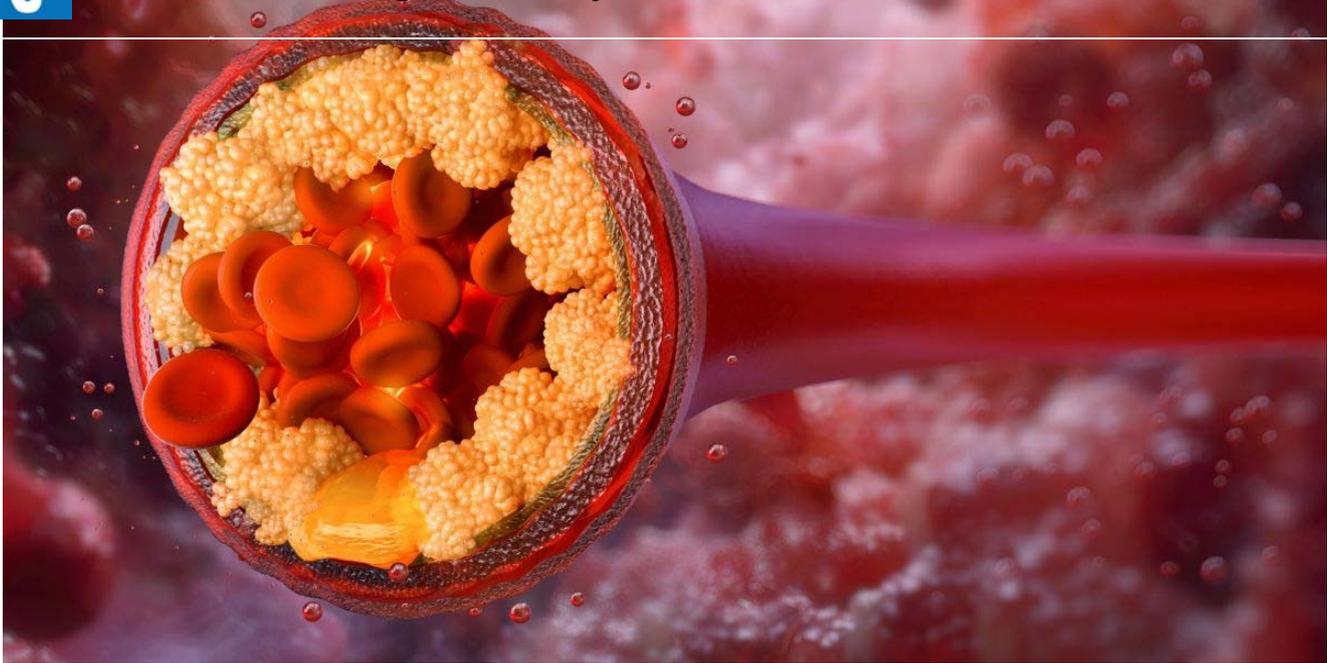
La explicación es que la arritmia impide una contracción efectiva del corazón, lo que deriva en sangre remansada en este órgano y en la formación del coágulo, que si sale del corazón, puede provocar el ictus. En este punto, Manuel Yáñez **vuelve a poner énfasis en el diagnóstico porque las arritmias pueden tratarse.** Las palpitaciones y taquicardias son los síntomas más habituales.

Asimismo, existen causas congénitas por una mala formación del corazón y los vasos sanguíneos, lo que provoca que el ictus aparezca a edad juvenil, o alteraciones congénitas de la coagulación, que sumado a circunstancias concretas como el embarazo, puede desencadenar este accidente cerebrovascular.

No obstante, los ictus que obedecen a los factores de riesgo de enfermedad vascular y a las arritmias, son el 80%.



Ictus: este sencillo gesto diario y al alcan...



## Rutina

A la hora de recomendar una rutina o hábitos diarios que contribuyan a una prevención eficaz, el portavoz de la SEN comienza por destacar la repercusión que tiene dormir bien: **“Hay que cuidar la higiene del sueño, que el sueño sea reparador, porque afecta a la tensión y a la diabetes, y evita arritmias”**.

Para el experto, no hay una dieta mágica, pero hay que seguir un patrón alimentario variado, no recurrir siempre a los mismos alimentos, no abusar de grasas y sales, y consumir alimentos frescos de manera habitual y procesados de forma muy ocasional. El ejercicio físico, “todo el que se pueda”, no solo tener una rutina diaria que se adapte a cada persona, sino incorporar el movimiento a la vida cotidiana: **“Subir escaleras en lugar de coger el ascensor, ir andando al trabajo en lugar de coger el coche...”**.

Combinar las actividades al aire libre con las actividades en grupo es otro de sus consejos. “Hay que huir de la comodidad del sofá y pasar tiempo fuera. Por otro lado, el contacto con otras personas y estímulos ayuda a que la sangre pase por todas las partes del cerebro”.

Además de **evitar el tabaco y el abuso del alcohol**, debemos rehuir de los estimulantes porque se relacionan con las posibilidades de sufrir una arritmia: “No quiero decir que no se pueda tomar un café, pero no diez. Si alguien tiene que tomar muchos cafés, seguramente es que su sueño no es reparador y tiene que ponerle remedio”.

## Factores de riesgo que no dan la cara

X



El responsable de la Unidad de Ictus del CHUS hace hincapié en que, **a partir de los 45 años, adoptar la costumbre de hacerlos controles y analíticas periódicas**: “Muchos factores de riesgo no dan la cara, hay que buscarlos y tratarlos”. Y subraya la importancia de que no se sumen factores de riesgo: “Porque aumenta mucho más el riesgo de ictus. Hay que minimizar lo máximo posible”.

Cuando alude a la alimentación, Manuel Yáñez recomienda la dieta mediterránea, y sobre el ejercicio físico, destaca que tiene que ser regular y moderado, **dedicarle unos 30-40 minutos cada día**.

Desde la Fundación Ictus sugieren programas de ejercicio mixto, que combinen el trabajo aeróbico con una rutina de fuerza, aunque su directora coincide en que lo primordial es la regularidad.

Esther Duarte **introduce un elemento más en la rutina preventiva**, que es **tomarse el pulso**, que debe ser regular. En relación al estrés, reconoce que es un factor que muchas veces es poco modificable, así que lo mejor es intentar compensarlo utilizando prácticas de relajación, escuchando música o leyendo.

## Prevención secundaria

Duarte recuerda que en las personas que han sufrido un evento cardiovascular o cerebrovascular, hay que establecer una prevención secundaria con una serie de normas que son más estrictas que para la población general: los niveles de colesterol y tensión arterial han de ser más bajos y la actividad física es fundamental: **“El ejercicio cada día es igual de importante que tomar la pastilla”**.

Para estas personas se recomienda una hora al día de actividad física, aunque se puede adaptar y es un tiempo que se puede fragmentar. En este sentido, la directora de la Fundación Ictus aconseja acudir a las asociaciones de pacientes porque disponen de programas eficaces. “Es esencial que estos pacientes mantengan la alerta, que no bajen la guardia y sean constantes con la prevención”, sentencia.

## Te recomendamos

Enlaces promovidos por Taboola

¿Voy a sufrir un ictus? Estos signos aparecen mucho antes y deben hacernos sospechar

Cuídate Plus

Disfunción eréctil: qué deberías comer y desde qué edad para prevenirla

Cuídate Plus



- 
- [hospitalarias.es](http://hospitalarias.es)
- [hospitalarias.org](http://hospitalarias.org)
- [Portal del empleado](#)
- [Plataforma de formación](#)
- [Intranet](#)
- [EU](#)
- [ES](#)

Salud mental | Discapacidad intelectual | Daño cerebral | Persona mayor

Menú

BUSCAR...

Buscar

- - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  -
- - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  -
- 
- - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  -
- - 
  - 
  - 
  -
- 

- [QUIÉNES SOMOS](#) 
- [NUESTRA HISTORIA](#)
- [ORGANIZACIÓN Y CALIDAD](#)
- [CÓDIGO DE CONDUCTA](#)
- [CONOCIMIENTO](#)
- [RESPONSABILIDAD SOCIAL](#)
- [TRABAJA EN AITA MENNI](#)
- [CONTACTO](#)

- [QUÉ HACEMOS](#) 
- [SALUD MENTAL Y PSIQUIATRÍA](#)
- [DISCAPACIDAD INTELECTUAL](#)
- [NEURORREHABILITACIÓN Y DAÑO CEREBRAL](#)
- [PERSONA MAYOR](#)
- [ATENCIÓN SOCIO SANITARIA](#)
- [AYUDAS TÉCNICAS A LA DEPENDENCIA](#)

[CENTROS](#)

- [HOSPITALIDAD](#) 
- [VALORES HOSPITALARIOS](#)
- [PASTORAL – ATENCIÓN ESPIRITUAL](#)
- [BIOÉTICA](#)
- [VOLUNTARIADO](#)
- [SOLIDARIDAD](#)

- [COMUNICACIÓN](#) 
- [ACTUALIDAD](#)
- [ARTÍCULOS](#)
- [MEMORIAS Y PUBLICACIONES](#)
- [SALA DE PRENSA](#)

[SALTAR AL BOTÓN DE CAMBIO DE MENÚ](#)

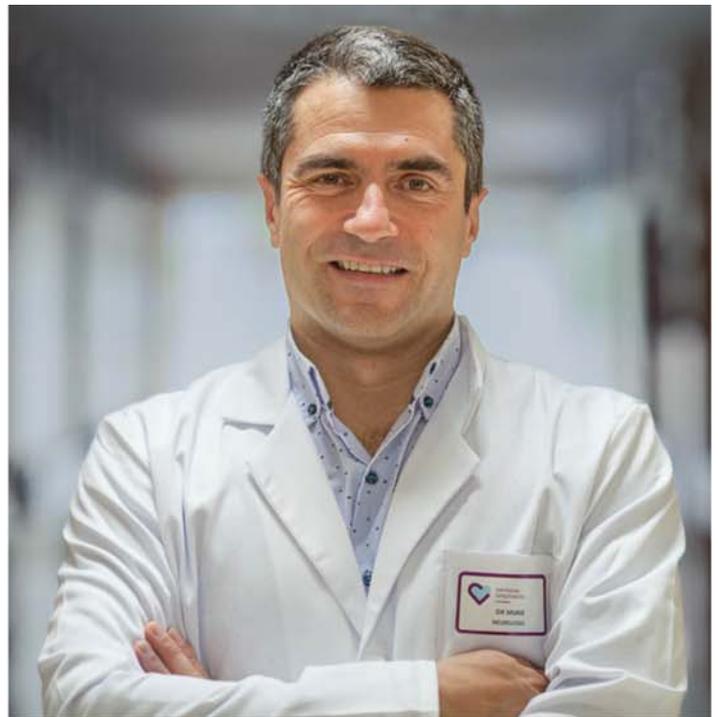
Actualidad

> ACTUALIDAD >

## El doctor Manuel Murie, nuevo director médico de Hermanas Hospitalarias Aita Menni

Neurólogo especialista en neurorrehabilitación y coordinador de la línea asistencial de Neurorrehabilitación y Daño Cerebral, toma el relevo del prestigioso psiquiatra Manuel Martín Carrasco, que ha venido ejerciendo esta responsabilidad desde junio de 2020.





5 de noviembre de 2024

**Manuel Murie Fernández**, prestigioso médico neurólogo y especialista en neurorrehabilitación, es desde el pasado 31 de octubre el **nuevo director médico de Hermanas Hospitalarias Aita Menni**.

El doctor Murie se incorporó al equipo de Hermanas Hospitalarias Aita Menni en junio de 2023, y ha venido desempeñando desde entonces la coordinación del área de Neurorrehabilitación y Daño Cerebral.

El nuevo director médico toma el relevo en el cargo del prestigioso psiquiatra **Manuel Martín Carrasco**, que lo ha venido ejerciendo desde junio de 2020. El doctor Martín ha sido presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental en los últimos dos años, y ha ejercido también como director médico de Hermanas Hospitalarias en Navarra.

El pasado día 31 de octubre se formalizó el relevo, en un acto en el Hospital Aita Menni en el que el doctor Martín recibió el agradecimiento por su trabajo al frente de la Dirección Médica y el doctor Murie la bienvenida a sus nuevas responsabilidades en el cargo.

El doctor Murie es doctor en medicina por la Universidad de Navarra, con especialización en neurología, y *fellowship* en Neurorrehabilitación por la Western University de Ontario (Canadá). Además, tiene un máster en Administración de Empresas. Profesor asociado de la Universidad Pública de Navarra, ha presidido la Sociedad Española de Neurorrehabilitación, y forma parte del panel científico de neurorrehabilitación de la Academia Europea de Neurología. Es autor de más de 60 publicaciones nacionales e internacionales en el campo de la neurología y la neurorrehabilitación, y en 2022 recibió el Premio sobre Enfermedades Neuromusculares de la Sociedad Española de Neurología por su contribución al desarrollo científico y a la difusión de conocimiento acerca de las enfermedades neurológicas.

[Noticia anterior Pacientes del Servicio de Neurorrehabilitación prueban el exoesqueleto robótico ABLE](#)  
[Siguiendo Noticia Celebramos Halloween con juegos, cocina y fiestas temáticas](#)

## Más noticias



5 de noviembre de 2024

[Ingreso de Sebastián](#)

[Una tarde de Oktoberfest: cervezas y baile en Txurdinagabari](#)

5 de noviembre de 2024

[Celebramos Halloween con juegos, cocina y fiestas temáticas](#)

5 de noviembre de 2024

[Pacientes del Servicio de Neurorrehabilitación prueban el exoesqueleto robótico ABLE](#)



Madrid ▾

 Pedir Cita



Hospitales Vithas / Sala de prensa / **La cefalea en racimos afecta más a los hombres y un 44% de quien la padece asocia depresión**

## La cefalea en racimos afecta más a los hombres y un 44% de quien la padece asocia depresión



*El doctor Jorge Mañez, neurólogo del Hospital Vithas Valencia 9 de Octubre*

Vithas Valencia 9 de Octubre

 Descargar App

 Pedir cita



Madrid ▾

[Pedir Cita](#)

- Más del 57% de los pacientes con cefalea en racimos ha recibido un primer diagnóstico erróneo por lo que es importante ser valorado por un profesional en neurología
- Las primeras crisis suelen aparecer por primera vez en la adolescencia y la juventud y la mayoría de los pacientes son hombres entre 20 y 50 años

La cefalea en racimos o cefalea de Horton es un dolor muy intenso en un lado de la cabeza que a menudo afecta a la misma zona alrededor de uno de los ojos y suele asociar enrojecimiento de este, inflamación y caída del párpado, lagrimeo y congestión nasal. Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), actualmente, unas 50.000 personas padecen cefalea en racimos en España. Aunque se trata de una cefalea poco frecuente, es hasta 7 veces más habitual en hombres respecto a mujeres y hasta un 44% de quien la padece asocia depresión.

Tal como explica el doctor Jorge Mañez, neurólogo del Hospital Vithas Valencia 9 de Octubre e integrado en el Instituto de Neurociencias Vithas (INV), "su nombre se debe a que las crisis de dolor tienden a aparecer en "racimos" o brotes que ocurren durante muchos días de forma consecutiva generalmente en la misma época del año en cada paciente o en casos más graves varias veces al año. Dentro de estos brotes de crisis en un mismo día se suceden de forma repetida (a menudo al poco rato de quedarnos dormidos o al despertar por la mañana) varios episodios dolorosos con una duración de entre 15 minutos y 3 horas".

Respecto a las causas que provocan este tipo de cefalea, el especialista señala que "se sabe que es una alteración con un componente de desregulación de la respuesta neuro-vascular, pero no se conoce con exactitud la causa de su aparición y persistencia, esto conduce a que en la actualidad el tratamiento de elección sea el sintomático".

Los patrones de las cefaleas en racimos en relación con el sueño sugieren una relación con el hipotálamo que es una zona cerebral que controla el ritmo circadiano actuando como una especie de "reloj biológico" del cuerpo. "Las primeras crisis suelen aparecer por primera vez en la adolescencia y la juventud y la mayoría de los pacientes son hombres entre 20 y 50 años, aunque puede suceder a cualquier edad", comenta el profesional.

A este efecto el profesional que "aunque la cefalea en racimos no suele ser hereditaria

 [Descargar App](#) [Pedir cita](#)



Madrid ▾

 Pedir Cita

Según el doctor Mañez, "a menudo las cefaleas de forma general se infradiagnostican porque se asume el dolor de cabeza como algo normal o propio del estrés o incluso propio de la "familia" (particularmente en el caso de las migrañas) y no se busca atención especializada por neurología". Tal como confirma la Sociedad Española de Neurología, más del 57% de los pacientes con cefalea en racimos ha recibido un primer diagnóstico erróneo y más de un 50% de los pacientes no está recibiendo el tratamiento preventivo adecuado.

El diagnóstico de la cefalea en racimos es clínico y se basa en la información que aporta el paciente en la consulta ya sea de forma espontánea o en la entrevista dirigida con respecto a la zona y el tipo de dolor de cabeza, los síntomas asociados (como ojo rojo, párpado caído o lagrimeo...) y el inicio, frecuencia y duración de las crisis de dolor, así como los posibles desencadenantes. "También es obligatorio realizar una prueba de imagen cerebral como una resonancia magnética para descartar otras patologías.", comenta el doctor Mañez.

## Tratamiento

Para el tratamiento de cada crisis, el especialista afirma que "se utilizan antiinflamatorios y triptanes como los empleados en la migraña y en particular este dolor responde especialmente a la administración de oxígeno "puro" al 100%. Además, para acortar la duración de un racimo, o brote de episodios, se utiliza una pauta de corticoesteroides de varias semanas".

En los casos más graves cuando la cefalea en racimos es crónica se intenta prevenir la aparición de las crisis de dolor. "En este último caso la medicación es diaria para reducir la frecuencia y la intensidad de las crisis y retrasar o evitar la aparición de los racimos empleándose fármacos que buscan modular la actividad vascular cerebral y neuronal como betabloqueantes, antagonistas del calcio o algunos antiepilépticos", concluye el profesional.

**Sobre Vithas** El [grupo Vithas](#) está integrado por 20 hospitales y 38 centros médicos y asistenciales distribuidos por 14 provincias. Los 12.600 profesionales que conforman Vithas lo han convertido en uno de los líderes de la sanidad española. Además, el grupo integra a la [Fundación Vithas](#), [Vithas Red Diagnóstica](#) y la central de compras [PlazaSalud](#). Vithas, respaldada por el grupo [Goodrower](#) fundamenta su estrategia corporativa en la calidad

 Descargar App Pedir cita

## Con los periodistas

()

[Notas de prensa \(https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/notas-de-prensa\)](https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/notas-de-prensa)

[Guía de dolor para periodistas \(https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/guia-de-dolor-para-periodistas\)](https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/guia-de-dolor-para-periodistas)

[Premios de periodismo \(https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/premios-de-periodismo\)](https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/premios-de-periodismo)

### Dossier de prensa

[Información general \(https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/dossier-de-prensa/informacion-general\)](https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/dossier-de-prensa/informacion-general)

[Sobre la Fundación \(https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/dossier-de-prensa/perfil-fundacion\)](https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/dossier-de-prensa/perfil-fundacion)

[Actividad de la Fundación Grunenthal \(https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/dossier-de-prensa?product\\_id=66\)](https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/dossier-de-prensa?product_id=66)

[Contactos \(https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/dossier-de-prensa/contactos-grunenthal\)](https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-los-periodistas/dossier-de-prensa/contactos-grunenthal)

📅 04.11.2024

## El 31,5% de las personas con dolor crónico en España sufre migrañas

- El infradiagnóstico es una de las principales barreras para el abordaje de la migraña, ya que en España se estima que existe un 40% de casos no diagnosticados.<sup>1</sup>
- Los pacientes con esta enfermedad suelen presentar comorbilidades como el dolor lumbar (63,1%), contractura muscular (62,9%), dolor cervical (62,7%), hombro doloroso (36,8%), ciática (30,7%) y artrosis y osteoporosis (29,6%), entre otros.<sup>2</sup>

**Madrid, 4 de noviembre de 2024.-** Tras la presentación del 'Barómetro del dolor crónico en España 2022', llevado a cabo por la Fundación Grunenthal y el Observatorio del Dolor de la Universidad de Cádiz, ambas instituciones presentan el '**Barómetro del dolor crónico asociado a la migraña. Análisis de situación de su impacto en España**'.

Este informe, que cuenta con el aval de la Asociación Española de Migraña y Cefalea (AEMICE), pone de manifiesto que el 31,5% de los pacientes con dolor crónico padecen migraña, lo que la convierte en una de las patologías más frecuentes asociadas al dolor crónico.

La migraña es una enfermedad neurológica altamente debilitante que supone la segunda causa de discapacidad en el mundo<sup>1</sup>. Los síntomas de esta enfermedad, caracterizados por un dolor continuo o frecuente de intensidad elevada, conllevan un gran impacto en la vida del paciente a nivel personal, familiar, profesional y social. En España, más del 50% de las personas con esta enfermedad presenta un grado de discapacidad grave o muy grave.

El infradiagnóstico es una de las principales barreras para el abordaje de la migraña, ya que en España se estima que existe un 40% de casos no diagnosticados, lo que implica un empeoramiento en el estado del paciente y acelera la cronicación de la enfermedad. De acuerdo con este Barómetro, el dolor crónico asociado a migraña es un problema de salud prioritario en la población femenina: el 37,1% de los casos identificados son mujeres frente al 23% de los hombres. En relación a los grupos de edad, el 48% de los jóvenes con dolor crónico asociado a migraña entre 18 y 34 años padece migraña y el 36,2% tienen edades comprendidas entre los 35 y 54 años.

Esta web utiliza cookies propias y de terceros para mejorar los servicios ofrecidos y personalizados y mejorar su experiencia. El hecho de continuar navegando en esta web implica la aceptación de la política de privacidad (<https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/politica-de-privacidad>).

El dolor en pacientes con migraña y dolor crónico se concentra principalmente en la cabeza (24,9%). Sin embargo, el dolor generalizado (21,1%) y el dolor en la espalda, extremidades y/o articulaciones (19% en ambos casos) también son comunes entre

Aceptar



estos pacientes.

[Contacto \(https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/contacto\)](https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/contacto)

## IMPACTO DEL DOLOR

Cerca del 62,5% de los pacientes que sufren dolor crónico y migraña experimentan un dolor intenso, con puntuaciones que van de 7 a 9 en la escala de intensidad. Un 26,7% adicional describe su dolor como "moderado", con puntuaciones entre 4 y 6. Además, un 8,2% de los pacientes reportan un "dolor insoportable". También es importante señalar que el 80% de quienes padecen dolor crónico y migraña tienen trastornos del sueño a causa del dolor, lo que refleja el malestar que provoca esta condición y las dificultades que enfrentan para mantener un estilo de vida normal.

"Estos datos ponen de manifiesto la alta prevalencia de la migraña en pacientes con dolor crónico y su gran impacto en la calidad de vida de estas personas. Conocer esta información, permitirá analizar y plantear medidas que ayuden a concienciar a la sociedad sobre esta enfermedad, así como planes y acciones que busquen mejorar su abordaje", señala Ana Esquivias, patrona de la Fundación Grünenthal.

Por su parte, la presidenta de AEMICE, Isabel Colomina, apunta que "la migraña es una enfermedad neurológica incapacitante y así lo evidencia este estudio. Un ataque de migraña no es compatible con la vida cotidiana, la mayoría de las veces te obliga a parar durante horas, incluso días. Es necesaria una mayor conciencia social que acabe con el estigma asociado a esta enfermedad".

Informe completo en este enlace: [Barometro-del-Dolor-Migraña.pdf \(https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/pdfs/Barometro-del-Dolor-migrana-infografia.pdf\)](https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/pdfs/Barometro-del-Dolor-migrana-infografia.pdf)

1. Pérez Menéndez A. Más de un 40% de los pacientes que sufren dolor de cabeza recurrente está aún sin diagnosticar. [Internet]. Sociedad Española de Neurología (SEN). 2022. [Citado 14 oct 2024]. Disponible en: <https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link368.pdf> (<https://www.sen.es/saladeprensa/pdf/Link368.pdf>)
2. Barómetro del dolor crónico asociado a la migraña. [Internet]. Fundación Grünenthal y Observatorio del dolor de la Universidad de Cádiz. Madrid: BioInnova Consultig; 2023. [Citado 14 oct 2024]. Disponible en: <https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-la-ciencia/barometro-dolor-cronico-espana-2022> (<https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/con-la-ciencia/barometro-dolor-cronico-espana-2022>)

## Fundación Grünenthal

La Fundación Grünenthal nació en el año 2000 con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los pacientes con dolor, lo que queda patente en cada paso que da y en cada iniciativa en la que participa. Bajo esta premisa, sus actividades se sustentan en el desarrollo de iniciativas relacionadas con el desarrollo del conocimiento, la formación y la divulgación, para mitigar las repercusiones del sufrimiento y del deterioro en la calidad de vida de los pacientes que padecen dolor.

Más información: [www.fundaciongrunenthal.es](http://www.fundaciongrunenthal.es) (<http://www.fundaciongrunenthal.es/>)

Síguenos en LinkedIn: [Fundación Grünenthal \(https://www.linkedin.com/showcase/fundacion-grunenthal-espa%C3%B1a/?viewAsMember=true\)](https://www.linkedin.com/showcase/fundacion-grunenthal-espa%C3%B1a/?viewAsMember=true)

## Para más información o entrevistas contactar con:

### Fundación Grünenthal

Beatriz Peñalba

✉ [beatriz.penalba@grunenthal.com](mailto:beatriz.penalba@grunenthal.com) (<mailto:beatriz.penalba@grunenthal.com>)

☎ 91 301 93 00 (tel:913019300)

### BERBÉS

Ana Serrano

✉ [anaserrano@berbes.com](mailto:anaserrano@berbes.com) (<mailto:anaserrano@berbes.com>)

☎ 91 563 23 00 (tel:915632300)

Siguiente > (<https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/una-tercera-parte-de-pacientes-osteoporosis-sufre-dolor-cronico>)

Esta web utiliza cookies propias y de terceros para mejorar la experiencia de navegación, ofrecer contenidos personalizados y mejorar sus servicios. El hecho de continuar navegando en esta web implica la aceptación de la [política de privacidad \(https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/politica-de-privacidad\)](https://www.fundaciongrunenthal.es/fundacion/politica-de-privacidad).

Aceptar

## XLIV Congreso de la semFYC - Barcelona (/congreso/xliv-congreso-de-la-semfyc-barcelona)

14-16 de noviembre de 2024

Comunicaciones: Experiencias

### El insomnio como problema principal de salud. Abordaje desde la comunidad (Póster)

#### Objetivos

Mejorar la calidad del sueño a través de medidas higiénico dietéticas. Entender qué es el insomnio, qué fármacos se utilizan para el mismo. Aprender a mejorar la higiene del sueño. Conocer y entrenar la meditación para la conciliación del sueño

#### Descripción

Taller en el Centro de Salud (CS) de tres sesiones. El reclutamiento se realizó desde las consultas y a través de cartelería. Se decidió un tamaño máximo de 30 participantes. Al inicio y final del taller se realizaron de forma anonimizada las encuestas de Ansiedad y Depresión Hospitalaria (HADS), Escala de Insomnio de Atenas (EIS) e Insomnia Severity Index (ISI). En cada reunión se realizó una meditación, una exposición y tiempo de compartir y preguntas.

#### Conclusiones

La acogida fue muy buena, aunque la participación fue disminuyendo., aunque solicitaron ampliación del taller. Todos los pacientes presentaban AIS >6 (positivo), algunos de ellos ansiedad según HADS. Todos aumentaron frecuencia de meditación y refirieron mejoría de conciliación, no así de mantenimiento, del sueño.

#### Aplicabilidad

El insomnio es el trastorno del sueño más frecuente. Según la Sociedad Española de Neurología, en España en 2015 había 4 millones de personas con insomnio. Cada vez en Atención Primaria percibimos más pacientes con problemas del sueño, en muchos relacionados con trastornos del estado de ánimo, y uso inadecuado de medicamentos para el mismo.

---

*Comunicaciones y ponencias semFYC: 2024; Comunicaciones: Experiencias. ISSN: 2339-9333*

#### Autores

Castaño Reguillo, Almudena (/autor/castano-reguillo-almudena)

CS Los Ángeles. Madrid

---



# **No todas las demencias son Alzheimer ¿Sabrías cuáles son?**

noviembre 9, 2024(<https://bluehealthcare.es/2024/11/09/>)

  
(Tel:+34919991770)



Comparte esta noticia!



Te propongo el siguiente ejercicio: ¿Qué te viene a la mente si escuchas la palabra «demencia»? Si has pensado automáticamente en el Alzheimer, estás en lo cierto. Esta enfermedad es la forma más común y conocida de demencia, pero no es la única. En este post, vamos a explicarte de forma sencilla qué es la demencia y cuáles son los tipos principales. Conocer las diferencias te ayudará a identificar y entender mejor cada una de estas condiciones.

## ¿Qué es la demencia?

### Tabla de contenidos



**1. ¿Qué es la demencia?**

**2. No todo es Alzheimer**

**3. ¿Por qué se produce el Alzheimer?**

**3.1. Detecación de placas de Beta-amiloides**

**3.2. Ovillos de Proteínas TAU**

#### 4. Las otras formas de demencia

##### 4.1. Demencia Vascular

##### 4.2. Demencia con cuerpos de Lewy

##### 4.3. Demencia frontotemporal

#### 5. Cómo se diagnostican las demencias

#### 6. Detección precoz

#### 7. ¿Quieres consultarnos?

Para que sepas lo que es la demencia Imagina que el cerebro es una computadora con varias funciones como la memoria, la organización y el lenguaje. La demencia sería como un virus que va dañando los diferentes programas hasta afectar el rendimiento general.

En realidad la demencia es un conjunto de síntomas que afectan la memoria, la capacidad de pensar, la orientación y otras habilidades cognitivas, que termina impidiendo que realices una vida normal.

## No todo es Alzheimer

¿Sabías que más de 800.000 personas la padecen en España? Este dato de la **Sociedad Española de Neurología** (<https://www.sen.es/>), confirma, que el Alzheimer es la forma más común de demencia; y que representa entre el 60 % y el 80 % de los casos en la actualidad. Sin embargo, hay otros tipos de demencias que también existen y que merecen ser conocidas.

Como explica el **Dr. Ignacio Casanova, neurólogo de la Clínica BlueHealthcare** (<https://bluehealthcare.es/doctor/luis-ignacio-casanova-peno/>) *“entender los distintos tipos de demencias y actuar a tiempo con un diagnóstico certero puede cambiar radicalmente la calidad de vida de quienes las padecen”*.

## ¿Por qué se produce el Alzheimer?

El alzhéimer se desarrolla debido a cambios en el cerebro que afectan las neuronas y su capacidad de funcionar correctamente. Se dice que es como si el cerebro encogiera a medida que las neuronas mueren y se pierde tejido cerebral. De hecho, las imágenes cerebrales de pacientes con alzhéimer muestran un cerebro visiblemente más pequeño y con más espacios entre los pliegues y surcos que en un cerebro sano.

(Tel: +34 9199917170)  
 ¿Y qué provoca que el cerebro empequeñezca?

## La acumulación de Placas de Beta-amiloides

Imagina que el cerebro es una red de cables eléctricos que transmiten mensajes. En el Alzheimer, estas «conexiones» empiezan a bloquearse debido a la formación de una especie de “residuos” que interrumpen la comunicación entre las neuronas.

## Ovillos de Proteínas TAU

Ahora piensa que ese cableado se enredase provocara cortocircuitos. Pues los que ocurre con los **Ovillos de Proteínas TAU**, que se forman dentro de las neuronas, se enredan y destruyen la estructura interna de la célula, impidiendo su funcionamiento normal.



Ambos problemas hacen que las neuronas mueran y que el cerebro vaya haciéndose cada vez más pequeño. Lo que se traduce en la pérdida de memoria y otras capacidades cognitivas, que empeoran con el tiempo.

**No todo es olvido en la demencia**

En la Unidad de Neurología de Blue Healthcare, comprendemos que la demencia abarca más que la pérdida de memoria. Ofrecemos un enfoque integral para cuidar de ti y tus seres queridos, priorizando la dignidad y la calidad de vida.

Unidad de Neurología

[Agenda tu cita](#)



(<https://bluehealthcare.es/especialidades/neurologia/>)

## Las otras formas de demencia

A menudo relacionamos la pérdida de memoria con la demencia. Es cierto pero, no es siempre este síntoma el que podemos ver en este tipo de enfermedades.

### Demencia Vascular

Es causada por problemas de flujo sanguíneo en el cerebro, como infartos o derrames. Puede aparecer de golpe tras un accidente cerebrovascular o desarrollarse de forma gradual. A menudo, la memoria no es el primer síntoma; en su lugar, pueden verse problemas de atención y organización.

### Demencia con cuerpos de Lewy

(Tel:+34919991770)

Este tipo provoca síntomas variados como alucinaciones visuales, fluctuaciones en el

estado mental y rigidez muscular.

Una persona famosa que padeció la demencia con cuerpos de Lewy fue **Robin Williams**, el reconocido actor y comediante. Tras su muerte en 2014, se reveló que sufría de esta forma de demencia, que puede incluir alucinaciones, fluctuaciones en el estado cognitivo y síntomas motores similares al párkinson.


**CLÍNICAS**  
 MEDICINA DE PRECISIÓN

SU FAMILIA NO SABÍA QUE ESTABA ENFERMO

**¿Qué es la enfermedad de Lewy que sufrió Robin Williams?**

Afecta a millones de personas en todo el mundo, pero esta enfermedad degenerativa es mucho menos conocida que otras como el Alzheimer o el Parkinson



bluehealthcare.es/)

Robin Williams posando en un photocall en Roma en 2005 (Reuters)

## Demencia frontotemporal

Afecta a las partes del cerebro que controlan la personalidad y el lenguaje. Los pacientes pueden mostrar comportamientos inusuales, cambios de humor o problemas para comunicarse antes de tener problemas de memoria. Es más común en personas jóvenes, entre los 40 y 60 años.

Un caso conocido de una persona famosa que padece demencia frontotemporal es **Bruce Willis**, el actor de cine famoso por sus papeles en películas como *Duro de Matar*. En 2023, su familia anunció públicamente que le habían diagnosticado **demencia frontotemporal**, lo que explicaba las dificultades de comunicación y cambios de comportamiento que había estado experimentando. Este tipo de demencia afecta áreas del cerebro relacionadas con el lenguaje y la personalidad, lo que provoca síntomas distintos a los del alzhéimer, como alteraciones en el comportamiento y dificultades para expresarse.

  
 (Tel:+34919991770)

## La familia de Bruce Willis confirma que el actor sufre una demencia irreversible

- El nuevo informe de los médicos del actor confirman que sufre una demencia sin tratamiento
- ¿Qué es y qué síntomas tiene la demencia frontotemporal que sufre Bruce Willis?
- Conoce a Emma Heming, la mujer que no se separa de Bruce Willis tras su nuevo diagnóstico



“El diagnóstico público de Bruce Willis y la historia de Robin Williams han puesto un foco importante en las demencias, más allá del Alzheimer. Estas figuras han ayudado a que la sociedad comprenda que existen otras formas de demencia, cada una con desafíos únicos”, señala el Dr. Casanova.

## Cómo se diagnostican las demencias

Para determinar si una persona tiene demencia y cuál es el tipo, los neurólogos suelen utilizar una combinación de:

- **Evaluaciones clínicas y test neuropsicológicos:** Miden la memoria, el lenguaje y otras funciones cognitivas.
- **Estudios de imagen:** Las resonancias y tomografías pueden mostrar áreas del cerebro dañadas.
- **Biomarcadores:** Análisis de proteínas específicas en el líquido cefalorraquídeo o la sangre para confirmar diagnósticos como el Alzheimer.

En los últimos años, las tecnologías han mejorado la forma de diagnosticar las demencias. Herramientas como las resonancias magnéticas y los escáneres PET permiten a los médicos ver cambios en el cerebro con más detalle. Además, pruebas como el DaTSCAN ayudan a identificar demencias como la de cuerpos de Lewy.

“La detección precoz, especialmente con la ayuda de tecnologías modernas nos permiten un análisis más detallado del cerebro, como las resonancias magnéticas y los escáneres

*PET. Un diagnóstico temprano es fundamental para manejar mejor los síntomas y dar tiempo a los pacientes y sus familias a planificar el cuidado adecuado”, aclara el neurólogo de BlueHealthcare.*

## DetECCIÓN PRECOZ

No todas las demencias son Alzheimer, y conocer las diferencias es muy importante para apoyar a los pacientes y sus familias. Detectar los problemas a tiempo y tener información puede mejorar mucho la calidad de vida. Si notas cambios en ti o en alguien cercano, consulta a un médico lo antes posible.



[bluehealthcare.es/](https://bluehealthcare.es/)

Llevar un estilo de vida activo y saludable sigue siendo la mejor forma de proteger el cerebro y estar preparado para el futuro.

## ¿QUIERES CONSULTARNOS?

 Avenida de Alberto Alcocer, 7

Madrid 28036 España

-  **+34 919 991 770 (tel:34919991770)**
- **Whatsapp: +34 633 80 98 39 (https://wa.me/+34633809839)**
-  **info@bluehc.es (mailto:info@bluehc.es)**

**Blue Healthcare**  
Predecir en salud es prevenir

**BLUE DOCTOR**  
AI

Más que contactos, creamos conexiones emocionales.  
¡Conéctate con nosotros!

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

  Servicio de Atención al Paciente

 (<https://bluehealthcare.es/cuando-necesi>)

 **Más** para explorar en Blue Noticias  
(Tel:+34919991770)

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

# Experto avisa: "Las cefaleas, de forma general, se infradiagnostican porque se asume dolor de cabeza como normal"

*Europa Press*

4-5 minutos

---

VALÈNCIA 8 Nov. (EUROPA PRESS) -

El doctor Jorge Máñez, neurólogo del Hospital Vithas Valencia 9 de Octubre e integrado en el Instituto de Neurociencias Vithas (INV), ha advertido este viernes de que, "a menudo", las cefaleas, de forma general "se infradiagnostican porque se asume el dolor de cabeza como algo normal o propio del estrés o incluso propio de la 'familia'", particularmente en el caso de las migrañas, "y no se busca atención especializada por neurología".

La cefalea en racimos o cefalea de Horton es un dolor muy intenso en un lado de la cabeza que a menudo afecta a la misma zona alrededor de uno de los ojos y suele asociar enrojecimiento de este, inflamación y caída del párpado, lagrimeo y congestión nasal. Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), actualmente, unas 50.000 personas padecen cefalea en racimos en España, según ha informado el grupo sanitario en un comunicado.

Aunque se trata de una cefalea poco frecuente, es hasta siete veces "más habitual" en hombres respecto a mujeres y hasta un 44 por ciento de quien la padece asocia depresión. Según detalla el doctor



# La cena que recomienda este neurólogo para combatir la pérdida de memoria

Expertos en neurología explican los alimentos que son clave para cenar y que ayudan a reducir el riesgo de sufrir demencia.

[Ni almendras ni nueces: el fruto seco que supera al huevo en proteínas y ayuda a frenar el envejecimiento](#)

[El alimento que reduce a la mitad los niveles de azúcar en sangre y el colesterol](#)

H. A. NOTICIA / ACTUALIZADA 8/11/2024 A LAS 11:04



Alimentos variados. [Canva](#)

**La Sociedad Española de Neurología (SEN) estima que en España hay alrededor de 800.000** personas con demencia. Adoptar hábitos alimenticios saludables, como los recomendados por expertos como **David Perlmutter, del American College of Nutrition**, puede ser una estrategia efectiva para reducir el riesgo de deterioro cognitivo. Y es que, en España, [la hora de la cena y los hábitos alimenticios nocturnos pueden tener un impacto significativo en la salud del cerebro](#), según afirman reconocidos neurólogos. El doctor Perlmutter destaca la importancia de elegir sabiamente qué alimentos incluir en la cena para reducir el riesgo de trastornos como la demencia.

Recientes estudios han demostrado también que, **pacientes con deterioro cognitivo presentan déficits en nutrientes esenciales** como vitaminas y antioxidantes. En este sentido, la dieta mediterránea se posiciona como una pauta recomendada por los expertos. Además, investigaciones llevadas a cabo por la **Universidad Rovira i Virgili** en ratones han revelado que una dieta rica en grasas saturadas puede aumentar el riesgo de padecer Alzheimer, al afectar moléculas y tejidos cerebrales que actúan como marcadores de la enfermedad.

LO MÁS LEÍDO



2 Pequeños transportistas en Aragón: 'No hay conductores porque se necesita tiempo y dinero para el carné y es un trabajo duro'

JORGE ZORRAQUIN

3 Estas son las especias que un neurólogo recomienda añadir al café porque benefician a la memoria

H. A.

4 De Zaragoza a Le Barcarès para disfrutar de uno de mercadillos navideños más grandes del sur de Francia

LAURA ARNEO

5 Rafael de Miguel: 'Lo que más me gusta es sentirme cronista de la sociedad en la que estoy'

ANTÓN CASTRO

ETIQUETAS

Salud

Dietas y nutrición

Alimentación

TE PUEDE INTERESAR



Todas las propiedades de la pera para la salud y una receta con queso azul que arrasa en redes



El caldo casero que potencia la memoria, favorece el aprendizaje y fortalece los huesos

Alimentos aliados para la memoria

El doctor Perlmutter comparte sus propios hábitos dietéticos, haciendo hincapié en la [importancia de priorizar verduras y alimentos de origen animal ricos en grasas omega-3](#). **Recomienda seleccionar vegetales de temporada con una amplia variedad de colores**, especialmente aquellos ricos en fibra prebiótica como cebollas, puerros, col rizada y brócoli.

En cuanto a las proteínas animales, el neurólogo sugiere optar por pescado, destacando el salmón, **el bacalao y las sardinias**, ya que su consumo se asocia con un menor riesgo de demencia. Estos pescados son ricos en ácidos grasos omega-3, esenciales para la salud cerebral.

La importancia del momento de la cena

Además de la elección de alimentos, la hora de la cena también juega un papel crucial. **Perlmutter aconseja cenar dos o tres horas antes de ir a dormir**, permitiendo así una adecuada digestión y un descanso nocturno de calidad. Esto favorece el buen funcionamiento del cerebro y previene trastornos del sueño que pueden afectar la memoria.

INFORMACIÓN GENERADA CON AYUDA DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL [SABER MÁS](#)

TE PUEDE INTERESAR

[Estas son las especias que un neurólogo recomienda añadir al café porque benefician a la memoria](#)

[Los beneficios de beber té de jengibre y cúrcuma cada mañana](#)

[Caqui o Persimon: en qué se diferencian y beneficios para la salud de estas frutas](#)

Síguenos en redes sociales para estar al tanto de toda la actualidad y comentar noticias: [Instagram](#), [Facebook](#), [X](#), [LinkedIn](#), y [TikTok](#).

TE PUEDE INTERESAR



Este es el sueldo que cobraba Iñigo Errejón

H.A.



HERALDO SALUDABLE

Consultorio médico Consulta a tu médico

# La cena que recomienda este neurólogo para combatir la pérdida de memoria

Expertos en neurología explican los alimentos que son clave para cenar y que ayudan a reducir el riesgo de sufrir demencia.

[Ni almendras ni nueces: el fruto seco que supera al huevo en proteínas y ayuda a frenar el envejecimiento](#)

[El alimento que reduce a la mitad los niveles de azúcar en sangre y el colesterol](#)

H. A. NOTICIA / ACTUALIZADA 8/11/2024 A LAS 11:04



Alimentos variados. Canva

**La Sociedad Española de Neurología (SEN) estima que en España hay alrededor de 800.000** personas con demencia. Adoptar hábitos alimenticios saludables, como los recomendados por expertos como **David Perlmutter, del American College of Nutrition**, puede ser una estrategia efectiva para reducir el riesgo de deterioro cognitivo. Y es que, en España, [la hora de la cena y los hábitos alimenticios nocturnos pueden tener un impacto significativo en la salud del cerebro](#), según afirman reconocidos neurólogos. El doctor Perlmutter destaca la importancia de elegir sabiamente qué alimentos incluir en la cena para reducir el riesgo de trastornos como la demencia.

Recientes estudios han demostrado también que, **pacientes con deterioro cognitivo presentan déficits en nutrientes esenciales** como vitaminas y antioxidantes. En este sentido, la dieta mediterránea se posiciona como una pauta recomendada por los expertos. Además, investigaciones llevadas a cabo por la **Universidad Rovira i Virgili** en ratones han revelado que una dieta rica en grasas saturadas puede aumentar el riesgo de padecer Alzheimer, al afectar moléculas y tejidos cerebrales que actúan como marcadores de la enfermedad.

LO MÁS LEÍDO



2 Pequeños transportistas en Aragón: 'No hay conductores porque se necesita tiempo y dinero para el carné y es un trabajo duro'  
JORGE ZORRAQUÍN

3 Estas son las especias que un neurólogo recomienda añadir al café porque benefician a la memoria  
H. A.

4 De Zaragoza a Le Barcarès para disfrutar de uno de mercadillos navideños más grandes del sur de Francia  
LAURA ARNEDEO

5 Rafael de Miguel: 'Lo que más me gusta es sentirme cronista de la sociedad en la que estoy'  
ANTÓN CASTRO

## ETIQUETAS

Salud

Dietas y nutrición

Alimentación

## TE PUEDE INTERESAR



Todas las propiedades de la pera para la salud y una receta con queso azul que arrasa en redes



El caldo casero que potencia la memoria, favorece el aprendizaje y fortalece los huesos

## Alimentos aliados para la memoria

El doctor Perlmutter comparte sus propios hábitos dietéticos, haciendo hincapié en la [importancia de priorizar verduras y alimentos de origen animal ricos en grasas omega-3](#). **Recomienda seleccionar vegetales de temporada con una amplia variedad de colores**, especialmente aquellos ricos en fibra prebiótica como cebollas, puerros, col rizada y brócoli.

En cuanto a las proteínas animales, el neurólogo sugiere optar por pescado, destacando el salmón, **el bacalao y las sardinias**, ya que su consumo se asocia con un menor riesgo de demencia. Estos pescados son ricos en ácidos grasos omega-3, esenciales para la salud cerebral.

## La importancia del momento de la cena

Además de la elección de alimentos, la hora de la cena también juega un papel crucial. **Perlmutter aconseja cenar dos o tres horas antes de ir a dormir**, permitiendo así una adecuada digestión y un descanso nocturno de calidad. Esto favorece el buen funcionamiento del cerebro y previene trastornos del sueño que pueden afectar la memoria.

INFORMACIÓN GENERADA CON AYUDA DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL [SABER MÁS](#)

## TE PUEDE INTERESAR

[Estas son las especias que un neurólogo recomienda añadir al café porque benefician a la memoria](#)

[Los beneficios de beber té de jengibre y cúrcuma cada mañana](#)

[Caqui o Persimon: en qué se diferencian y beneficios para la salud de estas frutas](#)

Síguenos en redes sociales para estar al tanto de toda la actualidad y comentar noticias: [Instagram](#), [Facebook](#), [X](#), [LinkedIn](#), y [TikTok](#).

## TE PUEDE INTERESAR



Este es el sueldo que cobraba Iñigo Errejón

H.A.

## La cefalea en racimos, un dolor intenso que afecta a miles de españoles

Más del 57% de los pacientes con cefalea en racimos ha recibido un primer diagnóstico erróneo por lo que es importante ser valorado por un profesional en neurología.



Doctor Jorge Mañez habla sobre la cefalea en racimos y su dolor intenso (foto: Vithas)



REDACCIÓN CONSALUD

8 NOVIEMBRE 2024 | 11:35 H



Archivado en:

CEFALEA

La **cefalea en racimos**, también conocida como cefalea de Horton, se caracteriza por un dolor extremadamente intenso en un lado de la cabeza, a menudo concentrado alrededor de uno de los ojos. Este tipo de cefalea puede ir acompañada de síntomas como enrojecimiento ocular, inflamación y caída del párpado, **lagrimeo** y **congestión nasal**. Según la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**, alrededor de 50.000 personas en España padecen esta afección. Aunque es poco frecuente, la cefalea en racimos es hasta **siete veces más común en hombres que en mujeres**, y hasta un 44% de quienes la sufren también presentan síntomas de **depresión**.

El **doctor Jorge Mañez, neurólogo del Hospital Vithas Valencia 9 de Octubre e integrante del Instituto de Neurociencias Vithas (INV)**, explica que el nombre de esta cefalea proviene de la aparición de crisis de dolor que tienden a sucederse en "racimos" o brotes. Estos episodios pueden ocurrir durante varios días consecutivos, generalmente en la misma época del año para cada paciente, o en casos más severos, varias veces al año. Durante estos brotes, es común que se produzcan múltiples episodios de dolor en un mismo día, a menudo desencadenados al poco tiempo de quedarse dormido o al despertar por la mañana, con una duración que oscila **entre 15 minutos y 3 horas**.

***No suele ser hereditaria y no se ha identificado un gen específico asociado, tener un familiar de primer grado afectado aumenta la probabilidad de desarrollarla***

Aunque la cefalea en racimos no suele ser hereditaria y no se ha identificado un gen específico asociado, tener un familiar de primer grado afectado aumenta la probabilidad de desarrollarla. Además, factores como el aumento de histamina o serotonina, el consumo de tabaco y alcohol, y el **estrés** pueden actuar como desencadenantes de las crisis.

## **DIAGNÓSTICO**

El doctor Mañez advierte que las cefaleas, en general, son frecuentemente infradiagnosticadas, ya que muchas personas asumen que el dolor de cabeza es algo normal o relacionado con el estrés, lo que les impide buscar atención especializada. De acuerdo con la SEN, más del 57% de los pacientes con cefalea en racimos reciben un **diagnóstico inicial erróneo**, y más del 50% no recibe un tratamiento preventivo adecuado.

***Se requiere realizar una prueba de imagen cerebral, como una resonancia magnética, para descartar otras patologías***

El diagnóstico de esta afección es clínico y se basa en la información que proporciona el paciente sobre la localización y tipo de dolor, síntomas asociados, inicio, frecuencia y duración de las crisis, así como los posibles desencadenantes. También se requiere realizar una prueba de imagen cerebral, como una resonancia magnética, para descartar otras patologías.

Para abordar las crisis, se utilizan antiinflamatorios y triptanes, medicamentos similares a los empleados en el tratamiento de la **migraña**. Sin embargo, este tipo de dolor responde especialmente bien a la **administración**

**de oxígeno puro al 100%**. Para acortar la duración de un brote de episodios, se puede aplicar un **tratamiento de corticoesteroides** durante varias semanas.

En los casos más severos, donde la cefalea en racimos se vuelve crónica, el objetivo es prevenir la aparición de las crisis. En estas situaciones, se prescribe medicación diaria para reducir tanto la frecuencia como la intensidad de los episodios, así como para retrasar o evitar la aparición de los racimos. Los tratamientos pueden incluir **fármacos** que modulan la actividad vascular cerebral y neuronal, como betabloqueantes y antagonistas del **calcio**, entre otros.

Los contenidos de ConSalud están elaborados por periodistas especializados en salud y avalados por un comité de expertos de primer nivel. No obstante, recomendamos al lector que cualquier duda relacionada con la salud sea consultada con un profesional del ámbito sanitario.

Publicidad

## Te puede gustar

Enlaces Promovidos por Taboola

### **Difícil de creer: Este es el precio real de los audífonos en Tarancón**

hearclear

### **Los expertos coinciden: La energía solar solo vale la pena si tu techo...**

EcoExperts

### **Un médico aconseja a las mujeres: "Tiren la crema a la basura y utilicen este remedio casero"**

piellibredemancha.es

### **Mujer de 52 años con cara de bebé: «Haz esto antes de dormir y mira cómo se desvanecen las arrugas»**

Olavita