



NOTICIAS

CAPITAL

Llega a Soria el Autobús del Cerebro

Se encuentra en el aparcamiento de acceso al Hospital Universitario Santa Bárbara y el horario de apertura es de 10.00 a 18.00 horas, siendo la última entrada a las 17.30



Autobus del cerebro-1

01/OCT/24 - 16:50



PUBLICIDAD



En la jornada de hoy se ha instalado, en la entrada principal del Hospital Universitario Santa Bárbara de Soria, el 'Autobús del Cerebro', cuyo objetivo es concienciar al mayor número de personas (tanto adultos como jóvenes) sobre la importancia de cuidar el cerebro para mantenerlo sano, así como informar sobre las diferentes enfermedades neurológicas, como el ictus, ELA, Alzheimer o Narcolepsia, entre otros.



FOTOS: El autobús del cerebro atiende gratuitamente a los sorianos

Esta iniciativa está impulsada por la Sociedad Española de Neurología (SEN), dentro de una nueva edición de la 'Semana del Cerebro'. Ente el 30 de septiembre y el 4 de octubre, el autobús recorrerá cinco ciudades: Madrid, Soria, Burgos, Pamplona y San Sebastián. La Junta de Castilla y León ha cedido los espacios del aparcamiento de acceso al hospital en una jornada que se espera que cuente con bastante afluencia de público, para concienciación y realización de actividades en un área tan sensible como es la del cerebro.



Para esta campaña se cuenta con la colaboración de varios neurólogos de la propia SEN, que realizan las exploraciones y actividades puestas a disposición de la población de manera gratuita.

El horario de visita es de 10.00 a 18.00 horas, pero el último acceso se realizará sobre las 17.30. Durante las actividades previstas se llevarán a cabo dos tipos de ejercicios: en primer lugar, se realizará un estudio que calcula el flujo de sangre en los vasos sanguíneos, la velocidad del flujo, el diámetro del vaso, así como detectar la presencia de placas de ateroma, lesiones inflamatorias, estenosis u obstrucciones; y en segundo lugar, se efectuarán actividades de agilidad mental para detectar la destreza visual, la velocidad psicomotora, el deterioro cognitivo y la memoria visual, entre otros.

Además, se contará con actividades para niños que consisten en diferentes juegos, como puzles y laberintos con diferentes niveles de dificultad.

PUBLICIDAD

Para que los usuarios puedan obtener los resultados de las pruebas realizadas, se les entregan al comienzo de la actividad dos tarjetas que corresponden a cada una de las pruebas, las cuales irán numeradas dependiendo del orden de llegada.

Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad en España, siendo las responsables del 44 % de las discapacidades por enfermedad crónica. Enfermedades neurológicas como el Alzheimer, Parkinson, ictus, ELA, esclerosis múltiple, epilepsia, migraña, etc., lideran las tablas de discapacidad en nuestro país. Además, el año pasado, las enfermedades neurológicas fueron las responsables del 14 % de los fallecimientos, con enfermedades como el Alzheimer o el ictus, también encabezando la tabla de las principales causas de defunción en España en 2023.



Pero, además, estas cifras seguirán en aumento en los próximos años si no se toman medidas. La SEN estima que, en menos de 15 años, el número de casos de ictus aumentarán un 35 % y que, en 25 años, se triplicará el número de casos del Alzheimer y de Parkinson. Por el contrario, solo teniendo en cuenta lo que la prevención podría suponer para tres de las enfermedades neurológicas más comunes en España (como son el ictus, la demencia y la epilepsia), permitiría evitar que más de 100.000 personas muriesen o viviesen con discapacidad cada año en España.

La migraña reduce productividad y genera discapacidad laboral

por Yamilé Tapia — octubre 1, 2024 en Ciencia y Tecnología, Novedades, Salud  0



0
COMPARTIDOS

0
VISTAS

 Comparte en Facebook

 Comparte en Twitter

 Comparte en Whatsapp



Más de 157 millones de días laborales se pierden anualmente

Santo Domingo.- La migraña, una afección neurológica debilitante, impacta gravemente la vida laboral de quienes la padecen. Se estima que cada año se pierden alrededor de 157 millones de días de trabajo a causa de este trastorno, afectando tanto a la productividad individual como al entorno laboral general. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la migraña es la sexta causa mundial de años perdidos por discapacidad, lo que evidencia su gran impacto a nivel global.

A pesar de ser considerada la tercera enfermedad más común del mundo, muchas personas subestiman sus efectos en la vida diaria. Este dolor palpitante, que puede ser moderado o intenso, a menudo afecta uno o ambos lados de la cabeza, incapacitando a quienes lo sufren y obligándolos a ausentarse del trabajo, estudios y otras actividades diarias.



El impacto en la productividad laboral

El estudio CALM, realizado en Centroamérica y el Caribe, arrojó que el 52.2% de los participantes con migraña reconocen que este trastorno ha afectado directamente su desempeño profesional. Además, el dolor de cabeza migrañoso puede alterar la capacidad de concentración, disminuir el rendimiento funcional, e incrementar el riesgo de accidentes laborales. Estas situaciones no solo afectan al trabajador, sino que también repercuten en los costos laborales y la eficiencia de las empresas.

La migraña también incrementa la conflictividad en el trabajo. Según el doctor Marcel Marciano, líder médico de Medicina Interna de Pfizer en Centroamérica y el Caribe, los dolores crónicos como los que produce la migraña suelen ser incomprendidos por compañeros o superiores, generando tensiones en el entorno laboral. “El dolor puede provocar una sensación de impotencia y frustración en el paciente, agravando su estado físico y mental”, señala Marciano.

Diagnóstico y tratamiento: un reto por superar

A pesar de su alta prevalencia, la migraña sigue siendo un trastorno mal diagnosticado y, a menudo, mal tratado. Según estudios recientes, hasta un 25% de las personas que padecen migraña nunca ha consultado a un médico sobre cómo tratarla de manera adecuada, y un 53% abandona los tratamientos prescritos. Esta falta de seguimiento adecuado provoca que muchos pacientes recurran a la automedicación, lo que a menudo desencadena efectos adversos, como la cronificación del dolor.

“El diagnóstico temprano es clave para un tratamiento exitoso”, enfatiza Marciano. Si bien no existe una cura definitiva para la migraña, el uso de medicamentos adecuados en combinación con cambios en el estilo de vida puede reducir la frecuencia e intensidad de los episodios. “Es crucial que los pacientes sigan las recomendaciones médicas y eviten automedicarse para evitar empeorar la situación”, advierte el especialista.

Migraña y salud mental: una relación preocupante

El impacto de la migraña va más allá del dolor físico. Diversos estudios han señalado una estrecha relación entre este trastorno y la depresión. La Sociedad Española de Neurología estima que hasta el 50% de las personas con migraña pueden desarrollar síntomas depresivos, y quienes padecen migraña tienen cinco veces más probabilidades de sufrir depresión en comparación con el resto de la población.

“El dolor crónico y la incompreensión del entorno pueden llevar al paciente a sentirse solo y desatendido, lo que contribuye al desarrollo de trastornos psicológicos como la depresión”, señala Marciano. Este impacto no solo afecta al paciente, sino también a su entorno familiar, laboral y social.

Recomendaciones para pacientes y empleadores

Para mitigar los efectos de la migraña en el entorno laboral, los expertos recomiendan realizar ajustes en el ambiente de trabajo. Eliminar luces brillantes, reducir el ruido y los olores fuertes, y ofrecer la posibilidad de teletrabajar son algunas medidas que pueden implementarse para evitar que los síntomas empeoren durante la jornada laboral.

Además, es fundamental que los pacientes mantengan una comunicación abierta con sus empleadores y compañeros de trabajo, explicando de manera clara y concisa en qué consiste su condición y cómo les afecta. “El apoyo de los colegas y superiores puede marcar una gran diferencia en la forma en que el paciente maneja sus crisis”, explica Marcano.

En cuanto a los familiares y amigos, la recomendación principal es informarse sobre la migraña y sus síntomas para poder ofrecer un apoyo adecuado. Comprender que la migraña es una enfermedad real y debilitante es el primer paso para ayudar a quienes la padecen.

Un desafío global de salud pública

La migraña es, sin duda, una enfermedad que afecta profundamente la calidad de vida de quienes la sufren, así como su desempeño profesional y social. Según la OMS, se trata de un trastorno de gran relevancia para la salud pública mundial, debido a la discapacidad y morbilidad que genera. La búsqueda de diagnósticos tempranos, tratamientos adecuados y la sensibilización del entorno son fundamentales para mejorar el bienestar de los pacientes y reducir el impacto laboral y social de esta condición.

Articulo Anterior

 Cae producción industrial y aumento de vacantes en EE.UU.

Siguiente Articulo

 Cayo Levantado Resort lidera la conservación ambiental caribeña

El Popular (/) Classifieds (<https://el-popular.clascal.ca/index.php/patatay-classifieds/>) Directory (<https://el-popular.clascal.ca/index.php/patatay-business-directory/>)

Events (<https://el-popular.clascal.ca/index.php/patatay-events/>)

Login with Clascal (<https://admin.clascal.ca/index.php/login/?redirect=http://diarioelpopular.com/index.php/2024/10/01/el-peaje-de-las-bebidas-energeticas-insomnio-palpitaciones-y-mas-ansiedad/>)

Signup (<https://admin.clascal.ca/index.php/register/?redirect=http://diarioelpopular.com/index.php/2024/10/01/el-peaje-de-las-bebidas-energeticas-insomnio-palpitaciones-y-mas-ansiedad/>)

Canadá (https://diarioelpopular.com/index.php/category/canada/?cats_url=21&cc=1) Latinoamérica (https://diarioelpopular.com/index.php/category/latinoamerica/?cats_url=23&cc=1)

Mundo (https://diarioelpopular.com/index.php/category/mundo/?cats_url=24&cc=1) Cine (https://diarioelpopular.com/index.php/category/cine-2/?cats_url=80,2482&cc=1)

Deportes (https://diarioelpopular.com/index.php/category/deportes/?cats_url=28&cc=1) Sucesos (https://diarioelpopular.com/index.php/category/sucesos/?cats_url=11354&cc=1)

Tecnología (https://diarioelpopular.com/index.php/category/tecnologia/?cats_url=11355&cc=1) Ciencia (https://diarioelpopular.com/index.php/category/ciencia/?cats_url=11356&cc=1)

Salud (https://diarioelpopular.com/index.php/category/salud/?cats_url=11357&cc=1) Especiales (https://diarioelpopular.com/index.php/category/especiales/?cats_url=11358&cc=1)

Inmigrando a Canadá (<https://diarioelpopular.com/index.php/category/inmigrando-a-canada/>)

Mundo, (<https://diarioelpopular.com/index.php/category/mundo/>) Salud (<https://diarioelpopular.com/index.php/category/salud/>) October 01, 2024 , 09:36am

El peaje de las bebidas energéticas: insomnio, palpitaciones y más ansiedad



Una chica toma una lata de bebida energética. PACO PUENTES

–El consumo intensivo o crónico de estos refrescos, sobre todo entre niños y adolescentes, puede provocar daños cardiovasculares y de salud mental



**Grandma, I'd like
you to hear me
better**

Newest,
rechargeable
hearing aids
from
\$900

647-694-4704

Bravo! HEARING CENTRE
Hearing Healthcare Professionals



(<https://revive.clascal.com/www/delivery/ck.php?>

art_id=521860&publisher_id=933&art_pub_id=5&source=0&oaparams=2__bannerid=2994__zoneid=195__cb=ec8fc78c11__oadest=https%3A%2F%2Fwww.bravohearing.com%2F)

Sobre las estanterías de un supermercado, una hilera de latas de colores y exóticos sabores inaugura la zona de bebidas energéticas. Dentro de los envases, que anuncian gusto a melocotón, mango, coco o sandía, por ejemplo, un líquido con alto contenido en azúcar y generosas dosis de cafeína, taurina o ginseng, todos ellos conocidos estimulantes para el organismo, prometen espabilar y despertar al consumidor, mejorar su concentración, combatir el cansancio (<https://elpais.com/salud-y-bienestar/2023-11-18/los-limites-de-los-complementos-alimenticios-ni-curan-ni-previenen-ni-son-inocuos.html>) o aumentar el estado de alerta. Y probablemente lo consigan: si una taza de café lleva unos 100 miligramos de cafeína, una lata de medio litro de este tipo de refrescos alcanza los 160. Pero mantenerse alerta tiene un precio y la comunidad médica ya ha empezado a advertir de que el consumo abusivo de estos refrescos puede afectar a la salud (<https://www.mdpi.com/2072-6643/15/18/3922>).

La ingesta de bebidas energéticas (<https://elpais.com/salud-y-bienestar/nutrir-con-ciencia/2023-07-31/las-bebidas-energeticas-no-dan-alas-un-coctel-de-azucar-y-cafeina-con-riesgos-para-la-salud.html>) es cada vez más frecuente —sobre todo entre adolescentes—, y los científicos plantean su inquietud sobre el potencial impacto cardiovascular y en la salud mental de un consumo intensivo o sostenido en el tiempo. En la literatura científica (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35345250/>) se han reportado cuadros de insomnio, palpitaciones, ansiedad o trastornos gastrointestinales asociados a tomar este tipo de refrescos. Y, según la dosis de estimulante ingerida y la predisposición de base, el peaje puede ser aún mayor: se ha notificado también algún caso puntual de paro cardíaco y muerte vinculado al abuso de estas bebidas.

La prevalencia global del consumo se estima, según un estudio (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37967848/>) publicado este año, en torno al 32% en el último mes. Es decir, que un tercio de las personas ha ingerido este tipo de bebidas en los últimos 30 días. Pero a los expertos consultados les preocupan especialmente los jóvenes y los efectos de estos refrescos en un organismo que todavía está madurando. "Es un fenómeno social curioso, pero no ser alarmistas porque no es una sustancia tan dañina. Pero hay subgrupos de población de más riesgo a los que les puede provocar más problemas de salud mental que se pueden prolongar en el tiempo porque ocurrieron cuando esos cerebros estaban madurando", sintetiza Chema González Echevarri, neurólogo de la Unidad de Trastornos Neurocognitivos del Hospital Joan XXIII de Tarragona. Según la encuesta ESTUDES del Ministerio de Sanidad a estudiantes de 14 a 18 años, en 2023, casi la mitad (el 47,7%) habían tomado bebidas energéticas en los últimos 30 días.



Grandma, I'd like you to hear me better

Newest, rechargeable hearing aids from \$900

647-694-4704

Bravo! HEARING CENTRE
Hearing Healthcare Professionals

(https://revive.clascal.com/www/delivery/ck.php?art_id=521860&publisher_id=933&art_pub_id=5&source=0&oaparams=2__bannerid=2995__zoneid=194__cb=83f381bbdb__oade=https%3A%2F%2Fwww.bravohearing.com%2F)

No suele haber intoxicaciones agudas en las urgencias por estas bebidas, matiza también Lidia Martínez, pediatra de Urgencias en el hospital infantil Sant Joan de Déu de Barcelona, pero eso no le quita relevancia al fenómeno. "Es algo preocupante porque se está comercializando un producto que pueden consumir adolescentes y que crea adicción, porque la cafeína crea adicción, y la población no tiene esa percepción del riesgo", plantea la especialista, que es también una de las coordinadoras del grupo de trabajo de Intoxicaciones de la Sociedad Española de Urgencias Pediátricas. Las latas llevan advertencias de que no se recomienda su consumo a niños y embarazadas.

En plena era del agotamiento (<https://elpais.com/salud-y-bienestar/2024-05-28/la-era-del-gran-agotamiento-como-el-trabajo-consume-nuestra-energia-y-hasta-nuestro-ocio.html>), estos productos se venden como "combustible" para el cuerpo, capaces de aumentar la resistencia física o dar sensación de bienestar. Pero Sanidad apunta, en un informe, (https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/dosieresinformacion/pdf/20231204_OEDA_BebidasEnergeticasESTUDES2023_.pdf) que "tienen consecuencias importantes a nivel cerebral y metabólico". Algunos de los efectos adversos de las bebidas energéticas son la estimulación del sistema nervioso central y cardiovascular y su relación con el sobrepeso y la obesidad. La ingesta regular de bebidas energéticas se ha asociado a la sobredosis de cafeína, la hipertensión, la pérdida de masa ósea y la osteoporosis. Entre los efectos secundarios resultantes del consumo regular se destacan palpitaciones, insomnio, náuseas, vómitos y micción frecuente", sintetizan.

Una revisión científica (<https://www.mdpi.com/2072-6643/15/18/3922>) sobre los efectos del consumo agudo o crónico de estos refrescos identificó 86 casos que sufrieron efectos adversos. Fueron, sobre todo, daños cardíacos, como las arritmias, pero también se notificaron nueve casos de paro cardíaco (tres de ellos terminaron en muerte). Se reportaron, además, efectos neurológicos en el sistema nervioso central (convulsiones o vasculopatía cerebral) y trastornos gastrointestinales, como hepatitis y pancreatitis.

Azúcar y cafeína, en el punto de mira

A los médicos les preocupan especialmente dos ingredientes de las bebidas energéticas: el azúcar y la cafeína (o los otros estimulantes que lleve). Sobre los segundos, González Echevarri, que también es miembro de la Sociedad Española de Neurología, describe el impacto en el cerebro: "Estimulantes como la taurina y la cafeína modulan un neurotransmisor que aumenta la concentración, pero también puede provocar problemas de insomnio o que tolere peor la ansiedad, con todos sus efectos, como taquicardias, temblores e irritabilidad".

Un estudio (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37967848/>) recuerda que la cafeína, además de producir dependencia, está asociada a problemas gastrointestinales y psicológicos; el ginseng también se ha vinculado con el riesgo de algunos tumores y el ginkgo biloba, otro ingrediente que también se usa en bebidas energéticas, se ha relacionado con el riesgo de sangrado espontáneo, incluidas hemorragias intracraneales. Sobre la probabilidad de ictus o hemorragias cerebrales, el neurólogo señala que es "extremadamente raro": "El cuerpo joven aguanta muchísimo porque tiene buena capacidad de reparación y todo funciona bien".

Sin embargo, en personas con cierta susceptibilidad a problemas cardiovasculares, de salud mental o cuadros ansiosos, el consumo de bebidas energéticas sí puede exacerbar alguna sintomatología, apostilla González Echevarri: "Tienes más papeletas para que estos estimulantes descompensen algo que ya estaba de base. Las personas ansioso-depresivas o que sufren insomnio son muy sensibles a los estimulantes y les van a empeorar los síntomas. A nivel cardiovascular, es frecuente sentir taquicardia y, a veces, genera arritmias, pero eso tiene que ocurrir por ser más susceptibles o tomarse grandes cantidades".

La intoxicación aguda no tiene tanta repercusión. Pero el consumo mantenido pasa más desapercibido y tiene efectos claros en la salud física y emocional"
Lidia Martínez, pediatra de Urgencias en el hospital infantil Sant Joan de Déu de Barcelona

Miguel Caínzos, cardiólogo del Hospital del Mar de Barcelona, puntualiza que "hacen falta más estudios porque hay muy pocos datos sobre los efectos en la salud cardiovascular de la cafeína y la taurina", pero admite que sí pueden generar "palpitaciones y sensación de taquicardia". En la misma línea, Luis Rodríguez Padial, presidente de la Sociedad Española de Cardiología, recuerda que, aunque los casos que llegan a las consultas de cardiología son "puntuales", sí "hay cierto grado de preocupación" con este fenómeno y recuerda que "si se produce una sobredosis de cafeína, puede dar lugar a arritmias".

Acerca del azúcar, Caínzos sí que es tajante: "Lo que es una preocupación es el consumo frecuente y continuado de estas bebidas por su contenido en azúcar porque puede provocar resistencia a la insulina, obesidad y diabetes", todos cuadros patológicos que son la puerta de entrada a otras enfermedades cardiovasculares. "El consumo crónico con tales cantidades de azúcar es una preocupación", sentencia. Las marcas ya han puesto en el mercado también opciones bajas en azúcar.

Una peligrosa mezcla con alcohol

El consumo de bebidas energéticas no suele llevar a los pacientes a urgencias, pero sí hay una situación grave en la que estos refrescos pueden estar implicados: las intoxicaciones por alcohol, cuenta Martínez. "Es un problema porque estos refrescos compensan el efecto del alcohol y no se tiene tanta conciencia del efecto [de este tóxico] en el organismo, se asumen más riesgos y, cuando se pasa el efecto estimulante, aumenta el nivel depresor que genera el alcohol", explica la pediatra, que es también la responsable de la consulta de Toxicología Pediátrica del Sant Joan de Déu.

Estas bebidas disfrazan los efectos depresores del alcohol y eso puede provocar que se ingieran más cantidades del tóxico. Según la encuesta ESTUDES, casi uno de cada cinco estudiantes de 14 a 18 años ha mezclado bebidas energéticas con alcohol en los últimos 30 días.

México (<https://mx.edairynews.com/category/mexico/>) |

26 SEP 2024([HTTPS://MX.EDAIRYNEWS.COM/2024/09/26/](https://MX.EDAIRYNEWS.COM/2024/09/26/))

QUESO | ([HTTPS://MX.EDAIRYNEWS.COM/TAG/QUESO/](https://mx.edairynews.com/tag/queso/)) ASÍ ACTÚA EL QUESO EN TU CEREBRO, SEGÚN UN NEURÓLOGO ([HTTPS://MX.EDAIRYNEWS.COM/EL-QUESO-EN-TU-CEREBRO-SEGUN-UN-NEUROLOGO/](https://mx.edairynews.com/el-queso-en-tu-cerebro-segun-un-neurologo/))

Escuchar a nuestro cuerpo y elegir quesos de alta calidad puede marcar la diferencia no solo en nuestra digestión, sino también en la función de nuestro cerebro.



QUESO | FUENTE: PEXELS

Publicado por: **Damián Morais**(<https://mx.edairynews.com/author/damianmorais/>)

Fuente: **Damián Morais**(<https://mx.edairynews.com/author/damianmorais/>)

Iniciar Sesión
(<https://edairynews.com/es/profile/login>)

Crear Cuenta
(<https://edairynews.com/es/profile/register>)

**Mirá También****Plan para producir leche, arroz y carne en Tabasco y Campeche, anuncia Sheinbaum** (<https://mx.edairynews.com/plan-para-producir-leche-...>)**edairynews** DairyCorp(<https://1>)

(<https://mx.edairynews.com/plan-para-producir-leche-arroz-y-carne-en-tabasco-y-campeche-anuncia-sheinbaum/>)

Escuchar a nuestro cuerpo y elegir quesos de alta calidad puede marcar la diferencia no solo en nuestra digestión, sino también en la función de nuestro cerebro.

El queso es uno de los alimentos más queridos en todo el mundo, especialmente en la dieta mediterránea. Su popularidad ha llevado a que sea objeto de numerosas investigaciones, algunas de las cuales han explorado su impacto en el cerebro. El neurólogo y neurocirujano Dr. Mill Etienne ha arrojado luz sobre cómo ciertos tipos de queso pueden tener efectos beneficiosos en la función cognitiva y la memoria, lo que es prometedor dado el aumento de los casos de demencia y Alzheimer en países como España, donde más de 800.000 personas padecen esta última enfermedad, según la Sociedad Española de Neurología (SEN).

¿Qué efecto tiene el queso en el cerebro?

El Dr. Etienne destaca que el queso actúa en el cerebro principalmente gracias a dos aminoácidos presentes en su composición: el triptófano y la tirosina. El triptófano es un precursor de la serotonina, un neurotransmisor que regula el estado de ánimo, lo que sugiere que el consumo de queso podría ayudar a mejorar el bienestar emocional. La tirosina, por otro lado, estimula la producción de dopamina, conocida como la hormona del placer, lo que podría explicar por qué comer queso produce una sensación de satisfacción.

Además de estos aminoácidos, el queso es rico en nutrientes esenciales como la vitamina B12, el calcio y el fósforo, todos cruciales para el buen funcionamiento del cerebro. La vitamina B12, en particular, juega un papel fundamental en la protección de las neuronas, mientras que el calcio y el fósforo ayudan a mantener la estructura ósea y el sistema nervioso en óptimas condiciones.

Iniciar Sesión(<https://edairynews.com/es/profile/login>)**Crear Cuenta**(<https://edairynews.com/es/profile/register>)

¿Qué variedades de queso son más beneficiosas?



(https://i

Según un estudio japonés que citó el Dr. Etienne, los quesos como el feta y el cheddar han mostrado tener un efecto positivo en la memoria y la función cognitiva en adultos mayores. Esta investigación, realizada en personas mayores de 65 años, reveló que aquellos que consumían regularmente estas variedades experimentaban una mejoría en su rendimiento cerebral.

No obstante, el neurólogo advierte sobre los riesgos de consumir quesos procesados, ya que a menudo contienen aditivos como el diacetilo, una sustancia que podría contribuir al deterioro de la memoria y aumentar el riesgo de enfermedades cerebrovasculares. Por lo tanto, para obtener los beneficios del queso, es fundamental optar por variedades de alta calidad, preferiblemente aquellas bajas en lactosa, como el queso suizo, parmesano o cheddar.

¿Cómo elegir un queso saludable?

El Dr. Etienne aconseja prestar atención a la calidad del queso que consumimos. Los quesos frescos y artesanales, como el feta, elaborado con leche de oveja o cabra, suelen ser mejores opciones que los procesados. Este tipo de leche ofrece beneficios adicionales en comparación con la leche de vaca, como una mayor digestibilidad y una mejor composición de nutrientes.

Por último, el neurólogo sugiere que debemos prestar atención a cómo nuestro cuerpo responde al consumo de ciertos tipos de queso. Si experimentamos problemas digestivos, especialmente con aquellos ricos en lactosa, es posible que esto esté afectando también nuestra salud cerebral.

Ahora puedes leer las #noticias (<https://mx.edairynews.com/>) más importantes en los canales de #Whatsapp (<https://whatsapp.com/channel/0029VaLDr0G4SpkLXxDY3t2x>) de #eDairyNews (<https://mx.edairynews.com/>)!!

 eDairy News MÉXICO: <https://whatsapp.com/channel/0029VaLDr0G4SpkLXxDY3t2x>
(<https://whatsapp.com/channel/0029VaLDr0G4SpkLXxDY3t2x>)

Te puede interesar

¿Cuánto le cuesta a la lechería latinoamericana alcanzar la reducción de metano que pretende la Global Methane Pledge? (<https://mx.edairynews.com/lecheria-latinoamericana-reduccion-de-metano/>)

Iniciar Sesión
(<https://edairynews.com/es/profile/login>)

Crear Cuenta
(<https://edairynews.com/es/profile/register>)

Notícias do brasil

Menu

Home

About

Contact

Menu



El peaje de las bebidas energéticas: insomnio, palpitaciones y más ansiedad | Salud y bienestar

Posted on 01.10.2024



Sobre las estanterías de un supermercado, una hilera de latas de colores y exóticos sabores inaugura la zona de bebidas energéticas. Dentro de los envases, que anuncian gusto a melocotón, mango, coco o sandía, por ejemplo, un líquido con alto contenido en azúcar y generosas dosis de cafeína, taurina o ginseng, todos ellos conocidos estimulantes para el organismo, prometen espabilar y despertar al consumidor, mejorar su concentración, combatir el cansancio o aumentar el estado de alerta. Y probablemente lo consigan: si una taza de café lleva unos 100 miligramos de cafeína, una lata de medio litro de este tipo de refrescos alcanza los 160. Pero mantenerse alerta tiene un precio y la comunidad médica ya ha empezado a advertir de que el consumo abusivo de estos refrescos puede afectar a la salud.

La ingesta de bebidas energéticas es cada vez más frecuente —sobre todo entre adolescentes—, y los científicos plantean su inquietud sobre el potencial impacto cardiovascular y en la salud mental de un consumo intensivo o sostenido en el tiempo. En la literatura científica se han reportado cuadros de insomnio, palpitaciones, ansiedad o trastornos gastrointestinales asociados a tomar este tipo de refrescos. Y, según la dosis de estimulante ingerida y la predisposición de base, el peaje puede ser aún mayor: se ha notificado también algún caso puntual de paro cardíaco y muerte vinculado al abuso de estas bebidas.

Más información

La prevalencia global del consumo se estima, según un estudio publicado este año, en torno al 32% en el último mes. Es decir, que un tercio de las personas ha ingerido este tipo de bebidas en los últimos 30 días. Pero a los expertos consultados les preocupan especialmente los jóvenes y los efectos de estos refrescos en un organismo que todavía está madurando. “Es un fenómeno social curioso. Nos debemos de preocupar, pero no ser alarmistas porque no es una sustancia tan dañina. Pero hay subgrupos de población de más riesgo a los que les puede provocar más problemas de salud mental que se pueden prolongar en el tiempo porque ocurrieron cuando esos cerebros estaban madurando”, sintetiza Chema González Echevarri, neurólogo de la Unidad de Trastornos Neurocognitivos del Hospital Joan XXIII de Tarragona. Según la encuesta ESTUDES del Ministerio de Sanidad a estudiantes de 14 a 18 años, en 2023, casi la mitad (el 47,7%) habían tomado bebidas energéticas en los últimos 30 días.

No suele haber intoxicaciones agudas en las urgencias por estas bebidas, matiza también Lidia Martínez, pediatra de Urgencias en el hospital infantil Sant Joan de Déu de Barcelona, pero eso no le quita relevancia al fenómeno. “Es algo preocupante porque se está comercializando un producto que pueden consumir adolescentes y que crea adicción, porque la cafeína crea adicción, y la población no tiene esa percepción del riesgo”, plantea la especialista, que es también una de las coordinadoras del grupo de trabajo de Intoxicaciones de la Sociedad Española de Urgencias Pediátricas. Las latas llevan advertencias de que no se recomienda su consumo a niños y embarazadas.

En plena era del agotamiento, estos productos se venden como “combustible” para el cuerpo, capaces de aumentar la resistencia física o dar sensación de bienestar. Pero Sanidad apunta, en un informe, que “tienen consecuencias importantes a nivel cerebral y metabólico”. “Algunos de los efectos adversos de las bebidas energéticas son la estimulación del sistema nervioso central y cardiovascular y su relación con el sobrepeso y la obesidad. La ingesta regular de bebidas energéticas se ha asociado a la sobredosis de cafeína, la hipertensión, la pérdida de masa ósea y la osteoporosis. Entre los efectos secundarios resultantes del consumo regular se destacan palpitaciones, insomnio, náuseas, vómitos y micción frecuente”, sintetizan.

Una revisión científica sobre los efectos del consumo agudo o crónico

de estos refrescos identificó 86 casos que sufrieron efectos adversos. Fueron, sobre todo, daños cardíacos, como las arritmias, pero también se notificaron nueve casos de paro cardíaco (tres de ellos terminaron en muerte). Se reportaron, además, efectos neurológicos en el sistema nervioso central (convulsiones o vasculopatía cerebral) y trastornos gastrointestinales, como hepatitis y pancreatitis.

Azúcar y cafeína, en el punto de mira

A los médicos les preocupan especialmente dos ingredientes de las bebidas energéticas: el azúcar y la cafeína (o los otros estimulantes que lleve). Sobre los segundos, González Echevarri, que también es miembro de la Sociedad Española de Neurología, describe el impacto en el cerebro: "Estimulantes como la taurina y la cafeína modulan un neurotransmisor que aumenta la concentración, pero también puede provocar problemas de insomnio o que tolere peor la ansiedad, con todos sus efectos, como taquicardias, temblores e irritabilidad".

Un estudio recuerda que la cafeína, además de producir dependencia, está asociada a problemas gastrointestinales y psicológicos; el ginseng también se ha vinculado con el riesgo de algunos tumores y el ginkgo biloba, otro ingrediente que también se usa en bebidas energéticas, se ha relacionado con el riesgo de sangrado espontáneo, incluidas hemorragias intracraneales. Sobre la probabilidad de ictus o hemorragias cerebrales, el neurólogo señala que es "extremadamente raro": "El cuerpo joven aguanta muchísimo porque tiene buena capacidad de reparación y todo funciona bien".

Sin embargo, en personas con cierta susceptibilidad a problemas cardiovasculares, de salud mental o cuadros ansiosos, el consumo de bebidas energéticas sí puede exacerbar alguna sintomatología, apostilla González Echevarri: "Tienes más papeletas para que estos estimulantes descompensen algo que ya estaba de base. Las personas ansioso-depresivas o que sufren insomnio son muy sensibles a los estimulantes y les van a empeorar los síntomas. A nivel cardiovascular, es frecuente sentir taquicardia y, a veces, genera arritmias, pero eso tiene que ocurrir por ser más susceptibles o tomarse grandes cantidades".

La intoxicación aguda no tiene tanta repercusión. Pero el consumo mantenido pasa más desapercibido y tiene efectos claros en la salud física y emocional"

Lidia Martínez, pediatra de Urgencias en el hospital infantil Sant Joan de Déu de Barcelona

Miguel Caínzos, cardiólogo del Hospital del Mar de Barcelona, puntualiza que “hacen falta más estudios porque hay muy pocos datos sobre los efectos en la salud cardiovascular de la cafeína y la taurina”, pero admite que sí pueden generar “palpitaciones y sensación de taquicardia”. En la misma línea, Luis Rodríguez Padial, presidente de la Sociedad Española de Cardiología, recuerda que, aunque los casos que llegan a las consultas de cardiología son “puntuales”, sí “hay cierto grado de preocupación” con este fenómeno y recuerda que “si se produce una sobredosis de cafeína, puede dar lugar a arritmias”.

Acerca del azúcar, Caínzos sí que es tajante: “Lo que es una preocupación es el consumo frecuente y continuado de estas bebidas por su contenido en azúcar porque puede provocar resistencia a la insulina, obesidad y diabetes”, todos cuadros patológicos que son la puerta de entrada a otras enfermedades cardiovasculares. “El consumo crónico con tales cantidades de azúcar es una preocupación”, sentencia. Las marcas ya han puesto en el mercado también opciones bajas en azúcar.

Una peligrosa mezcla con alcohol

El consumo de bebidas energéticas no suele llevar a los pacientes a urgencias, pero sí hay una situación grave en la que estos refrescos pueden estar implicados: las intoxicaciones por alcohol, cuenta Martínez. “Es un problema porque estos refrescos compensan el efecto del alcohol y no se tiene tanta conciencia del efecto [de este tóxico] en el organismo, se asumen más riesgos y, cuando se pasa el efecto estimulante, aumenta el nivel depresor que genera el alcohol”, explica la pediatra, que es también la responsable de la consulta de Toxicología Pediátrica del Sant Joan de Déu.

Estas bebidas disfrazan los efectos depresores del alcohol y eso puede provocar que se ingieran más cantidades del tóxico. Según la encuesta ESTUDES, casi uno de cada cinco estudiantes de 14 a 18 años ha mezclado bebidas energéticas con alcohol en los últimos 30 días.

La pediatra pide no minimizar el impacto de estas bebidas en la salud y admite que tampoco en las consultas se pregunta de rutina por el consumo de cafeína cuando, por ejemplo, llega un paciente con

síntomas ansiosos. “Si preguntásemos por el consumo de cafeína a los adolescentes, a lo mejor, nos sorprenderíamos y le encontraríamos relación con el dolor de cabeza o los síntomas ansiosos”, sopesa.

Martínez, que está poniendo en marcha un estudio multicéntrico para saber qué consumo están haciendo de cafeína los chavales que acuden a urgencias, insta a “incorporar” esa pregunta en el diagnóstico diferencial. “La intoxicación aguda no tiene tanta repercusión. Pero el consumo mantenido pasa más desapercibido y tiene efectos claros en la salud física y emocional”, incide. E insiste en que una bebida energética no es como un refresco de cola tradicional: “La cantidad de cafeína es muy diferente [medio litro del de cola puede tener 56 miligramos] y, además de cafeína, las bebidas energéticas tienen otras sustancias y todas son psicoestimulantes y cardioestimulantes. El cerebro de un adolescente necesita estar libre de tóxicos para desarrollarse lo mejor posible”.

Los expertos consultados advierten de que, aunque hay evidencias sobre las consecuencias agudas de la ingesta, se desconocen los efectos a largo plazo de un consumo crónico. González Echevarri avisa, eso sí, de que “en un cerebro que está madurando, todo lo que module la neurotransmisión, puede generar un cambio”. Caínzos, por su parte, subraya la necesidad de dar más información “sobre los riesgos de tomar tres latas”: “No pueden banalizar la cantidad que ingieren en poco tiempo”.

[source](#)

Posts recientes

Quem são os candidatos do PP a vereador do Rio de Janeiro

Por un acuerdo progresista en el Parlamento sobre el proyecto de Ley de Movilidad Sostenible | Clima y Medio Ambiente

São Paulo pode registrar temperatura histórica de 37°C durante nova onda de calor

Quem são os candidatos do PDT a vereador do Rio de Janeiro

Los tatuadores se enfrentan con Sanidad por los controles sobre la seguridad de las tintas | Sociedad

©2024 Notícias do brasil | Design: Newspaperly WordPress Theme

miércoles, 2 de octubre de 2024

El Día de Soria

El Día de Soria



16°
Kiosko



SORIA PROVINCIA REGIÓN ESPAÑA MUNDO DEPORTES OPINIÓN PUNTO Y APARTE GALERÍAS PODCAST

SANIDAD

Cientos

Ical - martes, 1 de octu

Ocho neurólogos previsible au



Cientos de sorianos se acercan hasta el autobús del cerebro para conocer su estado de salud. - Foto: Concha Ortega/Ical

Cientos de sorianos se acercaron hoy hasta el aparcamiento del Hospital Universitario Santa Bárbara de Soria para conocer el estado de salud de su cerebro. El autobús de la 'Semana del Cerebro' de la Sociedad Española de Neurología recaló hoy en Soria con un nutrido grupo de neurólogos que se encargan de realizar las pruebas e informar a los pacientes sobre la necesidad de adquirir hábitos saludables para evitar padecer ictus y enfermedades neurológicas relacionadas con la demencia.

El neurólogo salmantino Luis López Mesonero junto con otros ocho profesionales del mismo campo, se encargaron de organizar las pruebas, que consistieron, por un lado, en la realización de una ecografía para conocer el estado de las arterias que van al cerebro y evitar los problemas vasculares, y por otro, pruebas de destreza y agilidad mental para evitar los problemas de memoria que puedan aparecer en la sociedad soriana, más envejecida que la



López Mesonero subrayó que las patologías neurológicas van ligadas al envejecimiento y, por ello, se espera un aumento de las enfermedades neurológicas ligadas a la edad e ictus. "Muchas patologías se pueden corregir con hábitos de vida saludable que pasan por no fumar, no beber alcohol, una dieta sana, realizar ejercicio físico y cuidar el sueño", resaltó.

El neurólogo vaticinó que una de cada tres familias en el mundo tendrán un familiar que padezca demencia tipo Alzheimer a medio plazo, y reivindicó la necesidad de aprobar de un Plan Nacional para el apoyo de los enfermos de Alzheimer y otras demencias.

Asimismo, consideró que a corto plazo sí habrá fármacos que combatan este tipo de enfermedades, pues ya se están ensayando nuevos medicamentos en EEUU y Japón.

Según la Sociedad Española de Neurología, las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad en España, siendo las responsables del 44 por ciento de la discapacidad por enfermedad crónica. Enfermedades neurológicas como el Alzheimer, Parkinson, ictus, ELA, esclerosis múltiple, epilepsia o la migraña lideran las tablas de las principales causas de discapacidad en España. Además, el año pasado, las enfermedades neurológicas fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos, con enfermedades como de la Alzheimer o el ictus también encabezando la tabla de las principales causas de defunción en España en 2023.

Además, estas cifras seguirán en aumento en los próximos años si no se toman medidas. La SEN estima que en menos de 15 años el número de casos de ictus aumentarán un 35 por ciento y que en 25 años se triplicará el número de casos del Alzheimer y de Parkinson. Por el contrario, solo teniendo en cuenta lo que la prevención podría suponer para tres de las enfermedades neurológicas más comunes en España (como son el ictus, la demencia y la epilepsia) permitiría evitar que más de 100.000 personas muriesen o viviesen con discapacidad cada año en España. El autobús del cerebro llegará mañana día 2 de octubre a Burgos, el día 3 Pamplona y el 4 a San Sebastián.

ARCHIVADO EN: Soria, Ictus, Enfermedades, España, Alzheimer, Salud, Neurología, ELA, Ejercicio físico, Parkinson, Estados Unidos, Japón, Pamplona, Medicamentos, Burgos, San Sebastián



Contenido patrocinado

Recomendado por Outbrain

Tu seguro de coche por menos de lo que imaginas

Patrocinado por Direct Seguros

5 trampas ocultas de los fondos de inversión que conviene evitar en 2024

Consiga la guía y actualizaciones periódicas...
Patrocinado por Fisher Invest...

500 personas pueden probar nuestros audífonos totalmente...

Patrocinado por www.gaes.es

¿Cuánto ha subido la Tortilla de Patatas?

Por lo que te costaba hacer una tortilla de patatas en...
Patrocinado por Raisin

El nuevo Toyota C-HR Plug-in Hybrid tiene una autonomía de 66 km en...

Patrocinado por Toyota

Fibra + Móvil + Dispositivo por 18,90€/mes. ¡¡SOLO HOY!!

Mejora tu tarifa en 1 minuto. Oferta solo hoy. Infórmate...
Patrocinado por elige-mejor.es



3 de Octubre
17 ° | 8.1 °



4 de Octubre
19.1 ° | 1.5 °



5 de Octubre
21.9 ° | 2.4 °



6 de Octubre
23.2 ° | 10 °



7 de Octubre
19 ° | 12.1 °



8 de Octubre
13.9 ° | 8.2 °



PORTADA

SORIA

PROVINCIA

ESPAÑA

DEPORTES

CYL

FOTOS

OPINIÓN

SORTEOS

SORIA

Soria | Ayuntamiento | Sucesos

SORIA | SORIA

El Autobús del Cerebro resalta en Soria importancia de mantenerlo sano

MARTES, 01 OCTUBRE 2024 18:05

Un buen número de sorianos se ha acercado este martes al aparcamiento del hospital Santa Bárbara para realizarse un chequeo en el "Autobús del Cerebro", cuyo objetivo es concienciar al mayor número de personas sobre la importancia de cuidar el cerebro para mantenerlo sano, así como informar sobre las diferentes enfermedades neurológicas, como el ictus, ELA, Alzheimer o Narcolepsia, entre otros.

[Las pinturas murales de San Saturio "renacen" tras un millón de inversión de la Junta](#)

[La ermita de San Saturio reabre sus puertas tras profunda rehabilitación](#)



LO MÁS LEÍDO DE SORIA

- 1 Crys Dyaz & Co. llega a Soria con nuevo concepto para ponerse en forma
- 2 Toma de posesión de dos decanas en grados del Campus de Soria
- 3 Dos heridos tras volcar con vehículo en CL-101 en Ólvega
- 4 Fallece joven conductor en accidente en carretera local de Zamora
- 5 Ignacio Mialdea encabeza nueva Comisión de UGT Servicios Públicos de Soria



Esta iniciativa está impulsada por la Sociedad Española de Neurología (SEN), dentro de una nueva edición de la 'Semana del Cerebro'. Entre el 30 de septiembre y el 4 de octubre, el autobús recorrerá cinco ciudades: Madrid, Soria, Burgos, Pamplona y San Sebastián.

La Junta de Castilla y León ha cedido los espacios del aparcamiento de acceso al hospital en una jornada que se espera que cuente con bastante afluencia de público, para concienciación y realización de actividades en un área tan sensible como es la del cerebro.

Para esta campaña se cuenta con la colaboración de varios neurólogos de la propia SEN, que realizan las exploraciones y actividades puestas a disposición de la población de manera gratuita.

Durante las actividades previstas se llevarán a cabo dos tipos de ejercicios: en primer lugar, se realizará un estudio que calcula el flujo de sangre en los vasos sanguíneos, la velocidad del flujo, el diámetro del vaso, así como detectar la presencia de placas de ateroma, lesiones inflamatorias, estenosis u obstrucciones; y en segundo lugar, se efectuarán actividades de agilidad mental para detectar la destreza visual, la velocidad psicomotora, el deterioro cognitivo y la memoria visual, entre otros.

Además, se contará con actividades para niños que consisten en diferentes juegos, como puzles y laberintos con diferentes niveles de dificultad.

Para que los usuarios puedan obtener los resultados de las pruebas realizadas, se les entregan al comienzo de la actividad dos tarjetas que corresponden a cada una de las pruebas, las cuales irán numeradas dependiendo del orden de llegada.

Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad en España, siendo las responsables del 44 por ciento de las discapacidades por enfermedad crónica. Enfermedades neurológicas como el Alzheimer, Parkinson, ictus, ELA, esclerosis múltiple, epilepsia, migraña, etc., lideran las tablas de discapacidad en nuestro país.

Además, el año pasado, las enfermedades neurológicas fueron las responsables del 14 % de los fallecimientos, con enfermedades como el Alzheimer o el ictus, también encabezando la tabla de las principales causas de defunción en España en 2023.

Pero, además, estas cifras seguirán en aumento en los próximos años si no se toman medidas.

La SEN estima que, en menos de 15 años, el número de casos de ictus aumentarán un 35 % y que, en 25 años, se triplicará el número de casos del Alzheimer y de Parkinson.

Por el contrario, solo teniendo en cuenta lo que la prevención podría suponer para tres de las enfermedades neurológicas más comunes en España (como son el ictus, la demencia y la epilepsia), permitiría evitar que más de 100.000 personas muriesen o viviesen con discapacidad cada año en España.

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

Cambio de hora 2024: cuándo se cambia la hora para pasar al horario de invierno

Couleur / pixabay

4-5 minutos

Actualizado Miércoles, 2 octubre 2024 - 10:54

Cada vez queda menos tiempo para reajustar los relojes. El otoño asomándose, cada vez queda menos para reajustar los relojes. En España, con el **otoño** ya asentándose, el [cambio de hora 2024](#) para pasar a modo **invierno** se lleva a cabo el último fin de semana del décimo mes del año.

Así pues, el cambio de hora tiene lugar en la **madrugada del 26 al 27 de octubre**. De este modo, **a las 3:00 horas tendremos que retrasar los relojes para que marquen las 2:00 horas**, dando por iniciado el **horario de invierno**. "A las tres serán las dos", que suele repetirse como mantra en los días previos.

El **cambio horario** que se realizará en todos los países de la **Unión Europea** con el objetivo de aprovechar la luz natural en las **horas de la jornada laboral**, aunque cada vez esta medida tiene más detractores.

Consejos para llevar mejor el cambio de hora

Entre los consejos para llevar mejor el cambio de hora se encuentra seguir unos **horarios fijos en cuanto a alimentación y descanso**

para evitar la sensación de fatiga, estableciendo un ritmo regular a la **hora de acostarse y levantarse**, así como en las comidas, facilitan la adaptación al nuevo horario.

¿Se duerme más o menos?

La respuesta depende de la hora en la que nos acostemos, claro. Pero sí, **el domingo tendrá 25 horas** por lo que todo el que quiera, podrá disfrutar de una hora más en la cama.

¿Amanece antes o después?

Con el cambio de hora comienza el horario de invierno y **amanece antes**, sí. De hecho, este es uno de los motivos principales del cambio de hora: aprovechar la luz del sol y consumir menos electricidad.

Durante el horario de invierno, en España **amanece entre las 8:00 y las 8:30 horas** mientras que el sol se pone entre las las 17:30 y las 18:00 horas. Ambos casos tomando como referencia el horario de Madrid.

Si mantuviésemos el horario de verano durante estos meses, la salida del sol se iría atrasando y amanecería entre las 9:00 y las 9:30 horas mientras que anochecería entre las 18:30 y las 19:00 horas.

¿Es el último cambio de hora?

No. En el mes de marzo, cuando entramos en el horario de verano, se adelantan los relojes una hora.

¿Pero no dicen que se va a terminar eso de ir adelantando y retrasando los relojes? Veamos. La **Comisión Europea** anunció en 2019 su intención de poner fin a los cambios de manera definitiva, visto el poco impacto económico que tiene hoy en día con la tecnología moderna. Y cada país europeo debería elegir qué horario

prefiere para todo el año.

El **Parlamento Europeo eligió 2021** como el momento en el que la **nueva normativa** entraría en vigor, pero desde entonces el debate se ha paralizado por la crisis sanitaria de la pandemia o la actual guerra en Ucrania.

Ante la ausencia de avances al respecto a nivel europeo, el Ministerio de Presidencia publicó el año pasado en el [BOE](#) un calendario oficial con **el inicio y el final del horario de verano desde 2022 hasta 2026**. Por ahora, seguiremos atrasando y adelantando las manecillas del reloj dos veces al año.

¿Qué efectos tiene el cambio de hora?

Incremento de accidentes de tráfico y laborales, dificultad de aprendizaje, menor concentración o problemas de insomnio son algunos de los trastornos que puede producir el cambio al horario de invierno y que se pueden prolongar hasta dos semanas, según los expertos.

"Los cambios bruscos de horarios provocan que nuestro sistema neurohormonal, de cortisol, de melatonina, de serotonina, de colesterol, que tiene su propio **círculo biológico, se desajuste notablemente**", señala a *Efe* el coordinador del Grupo del Sueño y Cronobiología de la Asociación Española de Pediatría (AEP), Gonzalo Pin.

Por su parte, el vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología, Jesús Porta, explica que **las personas tienen dos ciclos que controlan el sueño**, un ciclo interno -que marca los ritmos- y otro controlado por la liberación de melatonina.

Los niños y las personas mayores son los más afectados por los efectos del cambio de hora.



Miércoles, 2 octubre 2024

Dólar Hoy: \$4.224,21 ↗

SALUD

10 mandamientos para mantener un cerebro sano y activo

Las enfermedades neurológicas lideran la discapacidad y mortalidad en 2023. Expertos destacan cómo cuidar la salud cerebral.



Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad. //Foto: 123RF.

EL UNIVERSAL Y EFE 01 OCT 2024 - 09:27 AM

Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad y fueron son responsables de un gran porcentaje de muertes en el mundo. La Sociedad Española de Neurología, destaca la importancia de mantener saludable el cerebro para prevenir el aumento de estas cifras.

Las enfermedades neurológicas abarcan el 44 % de la discapacidad por enfermedad crónica según la SEN. Las tablas están lideradas por el alzhéimer, párkinson, ictus, ELA, esclerosis múltiple, epilepsia y migraña. Además, la enfermedad de Alzheimer ocupó el primer lugar en la tasa de fallecimientos por enfermedades

lógicas en España durante 2023. **Lea también:** [Científicos recomiendan no consumir bebidas](#)

PUBLICIDAD

**Invierte en orden
y ahórrate el desorden**

En **IKEA.es** te ayudamos
a conseguirlo



Hemos bajado el precio

MOSSLANDA

Estante para

cuadros

~~12,99€~~

9,99€



Invierte en orden y ahórrate el desorden

IKEA.es - Patrocinado

[Compra en web](#)

PUBLICIDAD

**Invierte
en orden**

Hemos bajado el precio

MOSSLANDA

Estante para

cuadros

~~12,99€~~

9,99€



IKEA.es - Patrocinado

**Invierte en orden y ahórrate
el desorden**

[Compra en web](#)



**y ahórrate
el desorden**

SKUBB

Almacenaje con

6 compartimentos

~~11,99€~~

11,99€



IKEA.es - Patrocinado

**Comparte piso. Dobla
diversión**

[Compra en web](#)



En
a c

Hemos bajado el precio

SETSK

Mesita

~~34,99€~~

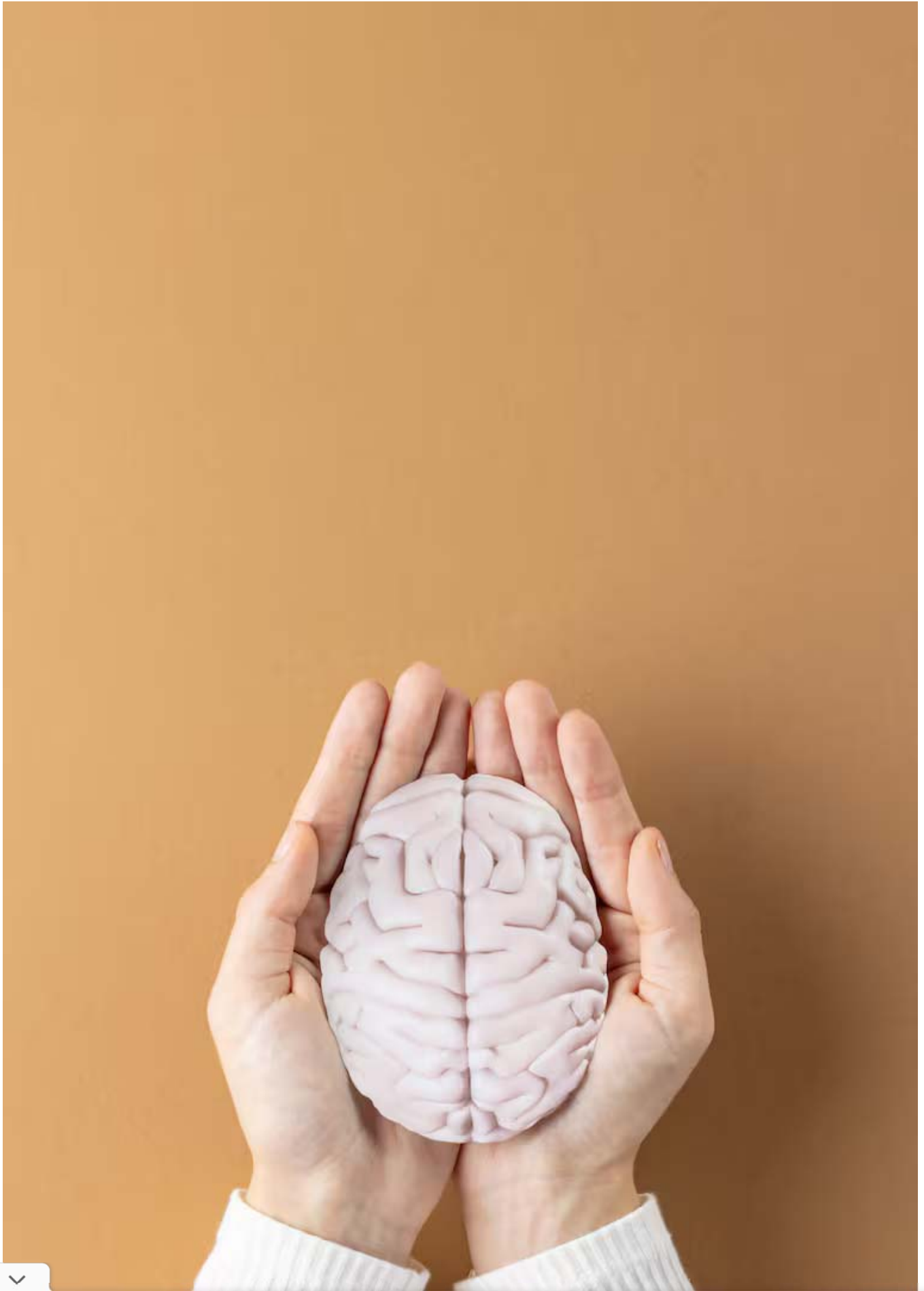
29,99€



IKEA.es - Patrocinado

**Invierte en orden y ahórrate
el desorden**

[Compra en web](#)



Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad. //Foto: 123RF.

Decálogo para mantener un cerebro saludable:

1. Realizar actividades que estimulen la actividad cerebral y te mantengan cognitivamente activo como leer, escribir, participar en juegos de mesa, realizar manualidades, completar crucigramas, aprender y practicar un nuevo idioma.
2. Realizar actividad física de forma regular. Practicar algún deporte o realizar uno o dos paseos diarios de al menos 30 minutos. **Lea también: ¿Qué hacer ante una convulsión?**
3. Evita los tóxicos como el alcohol, el tabaco, la contaminación ambiental y cualquier tipo de drogas.
4. Controla otros factores de riesgo vascular, como la tensión arterial, la diabetes o la hiperglucemia. La hipertensión es el principal factor de riesgo de algunas enfermedades neurológicas. **Lea también: El hábito que te puede ayudar a rejuvenecer el cerebro varias décadas**
5. Potencia tus relaciones sociales y afectivas evitando la incomunicación y el aislamiento social, pues son factores de riesgo para desarrollar deterioro cognitivo en el futuro.
6. Sigue una dieta equilibrada evitando el exceso de grasas animales, azúcar, sal y alimentos procesados y ultraprocesados. Opta por alimentos naturales y potencia el consumo de frutas, legumbres y verduras. **Lea también: El crucigrama es el mejor aliado para nuestro cerebro**
7. Un sueño de calidad es fundamental para la salud de tu cerebro. Trata de dormir unas 8 horas diarias.
8. Uso moderado del Internet, pantallas digitales y redes sociales. Su uso excesivo reduce la capacidad de concentración, atención y aprendizaje y, su uso nocturno, genera mayor dificultad para mantener y conciliar el sueño.
9. Protege tu cerebro contra las agresiones físicas del exterior mediante la utilización sistemática del cinturón de seguridad en vehículos y del casco en cualquier medio que lo requiera (moto, bicicleta, patinete eléctrico, actividades laborales, etc.). **Lea también: Ejercitar el cerebro previene demencia y enfermedades degenerativas**
10. Elimina el estrés en todos los ámbitos de la vida que te sea posible. El buen humor y la risa fortalecen a tu cerebro.

CEREBRO SALUD DEL CEREBRO CALIDAD DE VIDA RECOMENDACIONES DE SALUD



Únete a nuestro canal de **WhatsApp**



Reciba noticias de **EU** en **Google News**

infosalus / **actualidad**

RTVE y la SEN se unen para luchar contra las enfermedades neurológicas y fomentar la salud cerebral



Archivo - Resonancia magnética del cerebro
- ISTOCK - Archivo

MADRID, 1 Oct. (EUROPA PRESS) -

La Corporación de Radio y Televisión Española (RTVE) y la Sociedad Española de Neurología (SEN) han firmado un convenio con el objetivo de unir fuerzas para luchar contra las enfermedades neurológicas y fomentar la divulgación de la salud cerebral y la prevención de este tipo de enfermedades, en el marco de la Semana del Cerebro que se conmemora del 30 de septiembre al 4 de octubre.

Gracias a este convenio, RTVE se compromete a colaborar en la difusión de actividades, campañas de responsabilidad social o de concienciación, orientadas a prevenir las enfermedades neurológicas y a mejorar su diagnóstico y tratamiento, impulsadas por la SEN, así como a colaborar con ella en el diseño, implementación y participación en actividades cerebro-saludables, encuentros divulgativos u otro tipo de actividades formativas e informativas. Programas de RNE como 'Tras la tormenta' o 'Mente abierta' prestarán especial atención a esta materia.

Por su parte, la SEN se compromete a proporcionar a RTVE información y documentación para el adecuado cumplimiento de las tareas divulgativas y facilitará la presencia de RTVE en actos, ruedas de prensa y otro tipo de eventos de carácter público que organice.

Además, tanto RTVE como la SEN buscarán estudiar otras líneas de actuación que cualquiera de las dos entidades puedan proponer a futuro, orientadas a seguir luchando contra las enfermedades neurológicas, que ya afectan a más de 23 millones de personas en España.

"Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad en España y el año pasado ya fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos de nuestro país", han comentado desde la SEN. Su presidente, Jesús Porta-Etessam, ha señalado que el ictus, el Alzheimer u otras demencias, la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis, la meningitis o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos y, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, lideran los rankings de discapacidad.

Desde la SEN se muestran "enormemente agradecidos de que RTVE pueda ayudarnos a concienciar sobre la importancia que tiene fomentar la salud cerebral y tratar de prevenir las enfermedades neurológicas. Estamos convencidos de que gracias a la ayuda de RTVE conseguiremos reducir el impacto que tienen las enfermedades neurológicas en la sociedad española".

Miércoles 2 de Octubre del 2024

[Nuestra Misión](#) | [Contáctanos](#) | [Suscríbete](#) | [Página Principal](#)[Envía esta página a un amigo](#)

¿Aún no estás suscrito?

[Haz del GatoEncerrado tu página de inicio](#)[Añade esta página a tus favoritos](#)

El peaje de las bebidas energéticas: insomnio, palpitaciones y más ansiedad

El consumo intensivo o crónico de estos refrescos, sobre todo entre niños y adolescentes, puede provocar daños cardiovasculares y de salud mental

Sobre las estanterías de un supermercado, una hilera de latas de colores y exóticos sabores inaugura la zona de bebidas energéticas. Dentro de los envases, que anuncian gusto a melocotón, mango, coco o sandía, por ejemplo, un líquido con alto contenido en azúcar y generosas dosis de cafeína, taurina o ginseng, todos ellos conocidos estimulantes para el organismo, prometen espabilar y despertar al consumidor, mejorar su concentración, combatir el cansancio o aumentar el estado de alerta. Y probablemente lo consigan: si una taza de café lleva unos 100 miligramos de cafeína, una lata de medio litro de este tipo de refrescos alcanza los 160. Pero mantenerse alerta tiene un precio y la comunidad médica ya ha empezado a advertir de que el consumo abusivo de estos refrescos puede afectar a la salud.

La ingesta de bebidas energéticas es cada vez más frecuente —sobre todo entre adolescentes—, y los científicos plantean su inquietud sobre el potencial impacto cardiovascular y en la salud mental de un consumo intensivo o sostenido en el tiempo. En la literatura científica se han reportado cuadros de insomnio, palpitaciones, ansiedad o trastornos gastrointestinales asociados a tomar este tipo de refrescos. Y, según la dosis de estimulante ingerida y la predisposición de base, el peaje puede ser aún mayor: se ha notificado también algún caso puntual de paro cardíaco y muerte vinculado al abuso de estas bebidas.

La prevalencia global del consumo se estima, según un estudio publicado este año, en torno al 32% en el último mes. Es decir, que un tercio de las personas ha ingerido este tipo de bebidas en los últimos 30 días. Pero a los expertos consultados les preocupan especialmente los jóvenes y los efectos de estos refrescos en un organismo que todavía está madurando. “Es un fenómeno social curioso. Nos debemos de preocupar, pero no ser alarmistas porque no es una sustancia tan dañina. Pero hay subgrupos de población de más riesgo a los que les puede provocar más problemas de salud mental que se pueden prolongar en el tiempo porque ocurrieron cuando esos cerebros estaban madurando”, sintetiza Chema González Echevarri, neurólogo de la Unidad de Trastornos Neurocognitivos del Hospital Joan XXIII de Tarragona. Según la encuesta ESTUDES del Ministerio de Sanidad a estudiantes de 14 a 18 años, en 2023, casi la mitad (el 47,7%) habían tomado bebidas energéticas en los últimos 30 días.

No suele haber intoxicaciones agudas en las urgencias por estas bebidas, matiza también Lidia Martínez, pediatra de Urgencias en el hospital infantil Sant Joan de Déu de Barcelona, pero eso no le quita relevancia al fenómeno. “Es algo preocupante porque se está comercializando un producto que pueden consumir adolescentes y que crea adicción, porque la cafeína crea adicción, y la población no tiene esa percepción del riesgo”, plantea la especialista, que es también una de las coordinadoras del grupo de trabajo de Intoxicaciones de la Sociedad Española de Urgencias Pediátricas. Las latas llevan advertencias de que no se recomienda su consumo a niños y embarazadas.

En plena era del agotamiento, estos productos se venden como “combustible” para el cuerpo, capaces de aumentar la resistencia física o dar sensación de bienestar. Pero Sanidad apunta, en un informe, que “tienen consecuencias importantes a nivel cerebral y

- [Gatos Opinando](#)
- [Gato Judicial](#)
- [Gato Político](#)
- [Gato Empresarial](#)
- [Gato en Sociedad](#)
- [Gato de Parranda](#)
- [El Gato Responde](#)
- [Gato Caricatura](#)

metabólico". "Algunos de los efectos adversos de las bebidas energéticas son la estimulación del sistema nervioso central y cardiovascular y su relación con el sobrepeso y la obesidad. La ingesta regular de bebidas energéticas se ha asociado a la sobredosis de cafeína, la hipertensión, la pérdida de masa ósea y la osteoporosis. Entre los efectos secundarios resultantes del consumo regular se destacan palpitaciones, insomnio, náuseas, vómitos y micción frecuente", sintetizan.

Una revisión científica sobre los efectos del consumo agudo o crónico de estos refrescos identificó 86 casos que sufrieron efectos adversos. Fueron, sobre todo, daños cardíacos, como las arritmias, pero también se notificaron nueve casos de paro cardíaco (tres de ellos terminaron en muerte). Se reportaron, además, efectos neurológicos en el sistema nervioso central (convulsiones o vasculopatía cerebral) y trastornos gastrointestinales, como hepatitis y pancreatitis.

Azúcar y cafeína, en el punto de mira

A los médicos les preocupan especialmente dos ingredientes de las bebidas energéticas: el azúcar y la cafeína (o los otros estimulantes que lleve). Sobre los segundos, González Echevarri, que también es miembro de la Sociedad Española de Neurología, describe el impacto en el cerebro: "Estimulantes como la taurina y la cafeína modulan un neurotransmisor que aumenta la concentración, pero también puede provocar problemas de insomnio o que tolere peor la ansiedad, con todos sus efectos, como taquicardias, temblores e irritabilidad".

Un estudio recuerda que la cafeína, además de producir dependencia, está asociada a problemas gastrointestinales y psicológicos; el ginseng también se ha vinculado con el riesgo de algunos tumores y el ginkgo biloba, otro ingrediente que también se usa en bebidas energéticas, se ha relacionado con el riesgo de sangrado espontáneo, incluidas hemorragias intracraneales. Sobre la probabilidad de ictus o hemorragias cerebrales, el neurólogo señala que es "extremadamente raro": "El cuerpo joven aguanta muchísimo porque tiene buena capacidad de reparación y todo funciona bien".

Sin embargo, en personas con cierta susceptibilidad a problemas cardiovasculares, de salud mental o cuadros ansiosos, el consumo de bebidas energéticas sí puede exacerbar alguna sintomatología, apostilla González Echevarri: "Tienes más papeletas para que estos estimulantes descompensen algo que ya estaba de base. Las personas ansioso-depresivas o que sufren insomnio son muy sensibles a los estimulantes y les van a empeorar los síntomas. A nivel cardiovascular, es frecuente sentir taquicardia y, a veces, genera arritmias, pero eso tiene que ocurrir por ser más susceptibles o tomarse grandes cantidades".

Miguel Caínzos, cardiólogo del Hospital del Mar de Barcelona, puntualiza que "hacen falta más estudios porque hay muy pocos datos sobre los efectos en la salud cardiovascular de la cafeína y la taurina", pero admite que sí pueden generar "palpitaciones y sensación de taquicardia". En la misma línea, Luis Rodríguez Padial, presidente de la Sociedad Española de Cardiología, recuerda que, aunque los casos que llegan a las consultas de cardiología son "puntuales", sí "hay cierto grado de preocupación" con este fenómeno y recuerda que "si se produce una sobredosis de cafeína, puede dar lugar a arritmias".

Acerca del azúcar, Caínzos sí que es tajante: "Lo que es una preocupación es el consumo frecuente y continuado de estas bebidas por su contenido en azúcar porque puede provocar resistencia a la insulina, obesidad y diabetes", todos cuadros patológicos que son la puerta de entrada a otras enfermedades cardiovasculares. "El consumo crónico con tales cantidades de azúcar es una preocupación", sentencia. Las marcas ya han puesto en el mercado también opciones bajas en azúcar.

Una peligrosa mezcla con alcohol

El consumo de bebidas energéticas no suele llevar a los pacientes a urgencias, pero sí hay una situación grave en la que estos refrescos pueden estar implicados: las intoxicaciones por alcohol, cuenta Martínez. "Es un problema porque estos refrescos

compensan el efecto del alcohol y no se tiene tanta conciencia del efecto [de este tóxico] en el organismo, se asumen más riesgos y, cuando se pasa el efecto estimulante, aumenta el nivel depresor que genera el alcohol", explica la pediatra, que es también la responsable de la consulta de Toxicología Pediátrica del Sant Joan de Déu.

Estas bebidas disfrazan los efectos depresores del alcohol y eso puede provocar que se ingieran más cantidades del tóxico. Según la encuesta ESTUDES, casi uno de cada cinco estudiantes de 14 a 18 años ha mezclado bebidas energéticas con alcohol en los últimos 30 días.

La pediatra pide no minimizar el impacto de estas bebidas en la salud y admite que tampoco en las consultas se pregunta de rutina por el consumo de cafeína cuando, por ejemplo, llega un paciente con síntomas ansiosos. "Si preguntásemos por el consumo de cafeína a los adolescentes, a lo mejor, nos sorprenderíamos y le encontraríamos relación con el dolor de cabeza o los síntomas ansiosos", sopesa.

Martínez, que está poniendo en marcha un estudio multicéntrico para saber qué consumo están haciendo de cafeína los chavales que acuden a urgencias, insta a "incorporar" esa pregunta en el diagnóstico diferencial. "La intoxicación aguda no tiene tanta repercusión. Pero el consumo mantenido pasa más desapercibido y tiene efectos claros en la salud física y emocional", incide. E insiste en que una bebida energética no es como un refresco de cola tradicional: "La cantidad de cafeína es muy diferente [medio litro del de cola puede tener 56 miligramos] y, además de cafeína, las bebidas energéticas tienen otras sustancias y todas son psicoestimulantes y cardioestimulantes. El cerebro de un adolescente necesita estar libre de tóxicos para desarrollarse lo mejor posible".

Los expertos consultados advierten de que, aunque hay evidencias sobre las consecuencias agudas de la ingesta, se desconocen los efectos a largo plazo de un consumo crónico. González Echevarri avisa, eso sí, de que "en un cerebro que está madurando, todo lo que module la neurotransmisión, puede generar un cambio". Caínzos, por su parte, subraya la necesidad de dar más información "sobre los riesgos de tomar tres latas": "No pueden banalizar la cantidad que ingieren en poco tiempo".

Jessica Mouzo, El País

Publicado el Martes, 1 de Octubre del 2024

Puedes acceder a más noticias y datos en cada una de nuestras áreas:

[\[Gato Judicial\]](#) [\[Gato Político\]](#) [\[Gato Empresarial\]](#) [\[Gato en Sociedad\]](#) [\[Gato de Parranda\]](#) [\[Gatos Opinando\]](#) [\[Gato Caricatura\]](#)

 **Búsqueda gatuna:**

Desarrollado por Future World S.A.

[Aviso legal](#) - [Política de Privacidad](#) - [¿Publicidad?](#) - [WebMaster](#)

(c) Gatoencerrado.net 2003. Todos los derechos reservados. Se prohíbe la reproducción parcial o completa, ya sea en medios escritos, electrónicos o de cualquier tipo, del material publicado en este sitio web. Para solicitar permiso de reproducción dirigirse a info@gatoencerrado.net

miércoles, 2 de octubre de 2024 | 11:40 | www.gentedigital.es | [f](#) [t](#)

Gente



El 'Autobús del Cerebro' llega al Hospital de Soria para concienciar sobre las enfermedades neurológicas

El 'Autobús del Cerebro' se ha instalado en la mañana de este martes en la puerta del Hospital de Soria con el objetivo de concienciar al mayor número de personas sobre la importancia de cuidar el cerebro para mantenerlo sano, así como informar sobre las diferentes enfermedades neurológicas, como el ictus, ELA, Alzheimer o Narcolepsia.

01/10/2024 - 17:10

SORIA, 1 (EUROPA PRESS)

El 'Autobús del Cerebro' se ha instalado en la mañana de este martes en la puerta del Hospital de Soria con el objetivo de concienciar al mayor número de personas sobre la importancia de cuidar el cerebro para mantenerlo sano, así como informar sobre las diferentes enfermedades neurológicas, como el ictus, ELA, Alzheimer o Narcolepsia.

Esta iniciativa está impulsada por la Sociedad Española de Neurología (SEN), dentro de una nueva edición de la 'Semana del Cerebro', según han informado desde la delegación de la Junta en Soria.

Ente el 30 de septiembre y el 4 de octubre, el autobús recorrerá cinco ciudades: Madrid, Soria, Burgos, Pamplona y San Sebastián.

La Junta de Castilla y León ha cedido los espacios del aparcamiento de acceso al hospi

[Privacidad](#)

jornada que se espera que cuente con bastante afluencia de público, para concienciación y realización de actividades en un área tan sensible como es la del cerebro.

Para esta campaña se cuenta con la colaboración de varios neurólogos de la propia SEN, que realizan las exploraciones y actividades puestas a disposición de la población de manera gratuita.

ACTIVIDADES

El horario de visita es de 10.00 a 18.00 horas, pero el último acceso se realizará sobre las 17.30 y durante las actividades previstas se llevarán a cabo dos tipos de ejercicios.

En primer lugar, se realizará un estudio que calcula el flujo de sangre en los vasos sanguíneos, la velocidad del flujo, el diámetro del vaso, así como detectar la presencia de placas de ateroma, lesiones inflamatorias, estenosis u obstrucciones.

Además, en segundo lugar, se efectuarán actividades de agilidad mental para detectar la destreza visual, la velocidad psicomotora, el deterioro cognitivo y la memoria visual, entre otros.

También se contará con actividades para niños que consisten en diferentes juegos, como puzles y laberintos con diferentes niveles de dificultad.

Para que los usuarios puedan obtener los resultados de las pruebas realizadas, se les entregan al comienzo de la actividad dos tarjetas que corresponden a cada una de las pruebas, las cuales irán numeradas dependiendo del orden de llegada.

ENFERMEDADES NEUROLÓGICAS

Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad en España, siendo las responsables del 44 por ciento de las discapacidades por enfermedad crónica.

Enfermedades neurológicas como el Alzheimer, Parkinson, ictus, ELA, esclerosis múltiple, epilepsia, migraña, etc., lideran las tablas de discapacidad en nuestro país.

Además, el año pasado, las enfermedades neurológicas fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos, con enfermedades como el Alzheimer o el ictus, también encabezando la tabla de las principales causas de defunción en España en 2023.

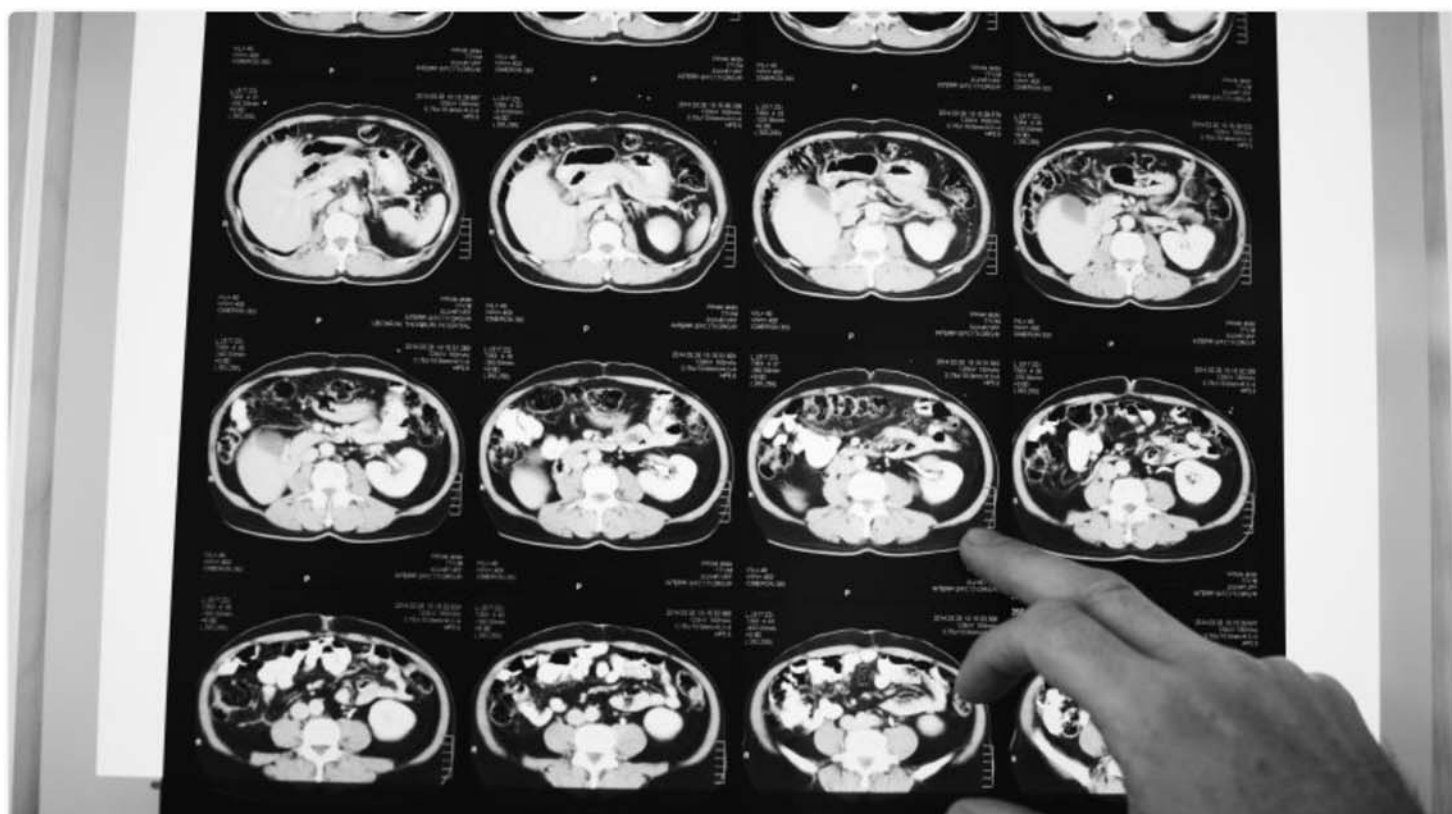
Pero, además, estas cifras seguirán en aumento en los próximos años si no se toman medidas.

La SEN estima que, en menos de 15 años, el número de casos de ictus aumentarán un 35 por ciento y que, en 25 años, se triplicará el número de casos del Alzheimer y de Parkinson.

Por el contrario, solo teniendo en cuenta lo que la prevención podría suponer para tres de las enfermedades neurológicas más comunes en España (como son el ictus, la demencia y la epilepsia), permitiría evitar que más de 100.000 personas muriesen o viviesen con discapacidad cada año en España.

Grupo de información GENTE · el líder nacional en prensa semanal gratuita según PGD-OJD





MEDICINA

RTVE y la SEN se unen para luchar contra las enfermedades neurológicas y para fomentar la salud cerebral

IEFS octubre 1, 2024 0 comentarios

enfermedades , enfermedades neurológicas , investigación , medicina , neurología , profesional sanitario , salud , SEN

Enfermedades neurológicas como la migraña, el ictus o el Alzheimer lideran los rankings de discapacidad

La Corporación de Radio y Televisión Española (RTVE) y la Sociedad Española de Neurología (SEN) acaban de firmar un convenio con el objetivo de unir fuerzas para luchar contra las enfermedades neurológicas. Gracias a este acuerdo ambas entidades se comprometen a colaborar para fomentar la divulgación de la salud cerebral y la prevención de este tipo de enfermedades. Este convenio se encuadra dentro de las actividades que se están poniendo en marcha por toda España, con motivo de la Semana del Cerebro 2024, que este año se celebra del 30 de septiembre al 4 de octubre.

Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad en España y, el año pasado ya fueron las responsables del 14% de los fallecimientos de nuestro país”, es uno de los datos que se aporta desde al SEN. “Enfermedades como el ictus, el Alzheimer u otras demencias, la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis, la meningitis o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos y, además, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, también lideran los rankings de discapacidad”, comenta el Dr. Jesús Porta-Etessam, Presidente de la SEN.

Desde la SEN se muestran “enormemente agradecidos de que RTVE pueda ayudarnos a concienciar sobre la importancia que tiene fomentar la salud cerebral y tratar de prevenir las enfermedades neurológicas. Estamos convencidos de que gracias a la ayuda de RTVE conseguiremos reducir el impacto que tienen las enfermedades neurológicas en la sociedad española”.

Como servicio público RTVE presta adecuada atención, entre otras materias, a las cuestiones relacionadas con la salud. Gracias a este convenio, RTVE se compromete a colaborar en la difusión de actividades, campañas de responsabilidad social o de concienciación, orientadas a prevenir las enfermedades neurológicas y a mejorar su diagnóstico y tratamiento, impulsadas por la SEN, así como a colaborar con la SEN en el diseño, implementación y participación en actividades cerebro-saludables, encuentros divulgativos u otro tipo de actividades formativas e informativas. Programas de RNE como ‘Tras la tormenta’ o ‘Mente abierta’ prestarán especial atención a esta materia.

Por su parte, la SEN se compromete a proporcionar a RTVE información y documentación para el adecuado cumplimiento de las tareas divulgativas y facilitará la presencia de RTVE en actos, ruedas de prensa y otro tipo de eventos de carácter público que organice.

Además, tanto RTVE como la SEN buscarán estudiar otras líneas de actuación que cualquiera de las dos entidades puedan proponer a futuro, orientadas a seguir luchando contra las enfermedades neurológicas, que ya afectan a más de 23 millones de personas en España.

← Comienza la aplicación de la nueva regulación europea para la obtención del Mercado CE en productos sanitarios para diagnóstico in vitro

2 de octubre →

👍 También te puede gustar

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

Las personas mayores que sufren una caída tienen mayor riesgo de desarrollar demencia al año siguiente

C. Amanda Osuna

3-4 minutos



Manos de un anciano sosteniendo un bastón (Shutterstock España)
Con la edad, muchas personas ven mermado su equilibrio y la fuerza de sus huesos y articulaciones. Por ello, las **caídas en las personas mayores** son más frecuentes. Ahora, un estudio del Brigham and Women's Hospital de Boston (Massachusetts, Estados Unidos) ha relacionado que los ancianos que sufren caídas tienen más probabilidades de desarrollar **demencia** al año después del accidente.

Este descubrimiento no implica que las caídas contribuyan a la demencia (aunque no es algo que se pueda descartar), pero sí sugiere que podría tratarse de un **indicador temprano de ciertas condiciones cerebrales** que conducen a diferentes tipos de demencia, como el [Alzheimer](#). “Es posible que las caídas sirvan como un evento centinela que marca un riesgo futuro de demencia”, explica el doctor Alexander Ordoobadi del Brigham and Women’s Hospital en el artículo. “Los hallazgos de este estudio sugieren que es necesario implementar evaluaciones cognitivas en adultos mayores que sufren una caída lesiva”.

De hecho, las caídas son la **causa más común de lesiones** en las personas mayores de 65 años, así como son el principal foco de la incidencia de la demencia. Casi 10 millones de personas son diagnosticadas cada año con algún tipo de demencia, más de 40.000 solo en España. Son [enfermedades neurodegenerativas](#) que, a día de hoy, son incurables. Los tratamientos se centran en aliviar los síntomas y ralentizar la progresión de la enfermedad.

La investigación, que ya ha sido publicada en la revista *JAMA*, analizaron a miles de pacientes de registros de Medicare en Estados Unidos que habían sufrido una lesión traumática, diferenciando entre quienes la habían padecido a raíz de una caída o no. Aquellas personas que habían sufrido una caída tenían un **20% más de riesgo de desarrollar demencia** al año siguiente al accidente, en comparación con quienes no.

“La relación entre las caídas y la demencia parece ser una calle de doble sentido”, explica la doctora Molly Jarman, del Brigham and Women’s Hospital. “El deterioro cognitivo puede aumentar la probabilidad de caídas, pero el **traumatismo** provocado por esas caídas también puede **acelerar la progresión de la demencia** y hacer que el diagnóstico sea más probable en el futuro”, concluye la investigadora.

0 seconds of 1 minute, 19 secondsVolume 90%

La neuróloga Miriam Emil Ortiz ha redactado un curso con una serie de pautas para retrasar la enfermedad del Alzheimer

En **España**, la enfermedad de Alzheimer afecta aproximadamente a **800.000 personas**, según los últimos datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN). Es la forma más común de demencia, representando entre el 60% y el 70% de todos los casos de esta condición en nuestro país. La prevalencia de esta enfermedad neurodegenerativa aumenta con la edad, siendo más común en personas mayores de 65 años. Sin embargo, también puede presentarse en individuos más jóvenes, en lo que se conoce como Alzheimer de inicio temprano.

La incidencia de la enfermedad de Alzheimer en España ha ido **en aumento** en las últimas décadas, en parte debido al **envejecimiento de la población**. Este crecimiento representa un desafío para el sistema de salud y los servicios de atención a largo plazo, ya que la enfermedad requiere de cuidados especializados y constantes

SALUD

RTVE y la SEN se unen para luchar contra las enfermedades neurológicas

octubre 2, 2024 · Tiempo de lectura: 1 min



Ángel Zamarriego

RTVE y la Sociedad Española de Neurología, SEN, han firmado un convenio para colaborar en la divulgación de la salud cerebral y la prevención de enfermedades neurológicas.

La Corporación de Radio y Televisión

BUSCAR

Escribe y pulsa enter



ÚLTIMAS NOTICIAS



El Colegio de Periodistas de Castilla y León denuncia falta de Libertad de Prensa en Valladolid

octubre 2, 2024



RTVE y la SEN se unen para luchar contra las enfermedades neurológicas

octubre 2, 2024



Carlos Álvarez deja Vocento tras 16 años

octubre 2, 2024



Diego Garrocho se incorpora a La Linterna de COPE

octubre 2, 2024



El gobierno aumentará un 25% el presupuesto de la UNED

octubre 2, 2024



Fallece el periodista y divulgador científico Lluís Reales

octubre 2, 2024



Española (RTVE) y la Sociedad Española de Neurología (SEN) han firmado un convenio con el objetivo de unir esfuerzos en la lucha contra las enfermedades neurológicas, que afectan a más de 23 millones de personas en España. Este acuerdo, enmarcado en la Semana del Cerebro 2024, tiene como finalidad promover la divulgación de la salud cerebral y la prevención de estas enfermedades.

Según datos proporcionados por la SEN, las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad en España, siendo responsables del 14% de los fallecimientos el pasado año. Entre las patologías más comunes se encuentran el ictus, el Alzheimer, la epilepsia y la esclerosis múltiple, además de la migraña, que lidera los rankings de discapacidad. *“Las enfermedades neurológicas causan un impacto tremendo en la sociedad, y estamos convencidos de que, gracias al apoyo de RTVE, podremos reducir su incidencia”*, declaró el Dr. Jesús Porta-Etessam, presidente de la SEN.

Como parte de este convenio, RTVE se compromete a colaborar en la difusión de actividades y campañas impulsadas por la SEN, orientadas a prevenir estas enfermedades, mejorar su diagnóstico y promover hábitos cerebro-saludables. Programas de Radio Nacional de España como “Tras la tormenta” o “Mente abierta” darán cobertura especial a estas cuestiones.



Audiencias de septiembre con menos espectadores diarios

octubre 1, 2024



La prensa en Argentina trabaja entre agravios y restricciones

octubre 1, 2024



El Gran Premio de la Cocina está frito

octubre 1, 2024



Alberto Teichman nuevo director general de Audi España

octubre 1, 2024



LLYC crece un 12% en el primer semestre de 2024

octubre 1, 2024



El BEI y CriteríaCaixa firman un préstamo de 80 millones

octubre 1, 2024



LINK Mobility adquiere Net Real Solutions

octubre 1, 2024



Además, la SEN proporcionará a RTVE información actualizada y facilitará su participación en eventos divulgativos.

Comparte en redes



RTVE SEN



Solo el 33,9% de los directivos de comunicación en España son mujeres

septiembre 30, 2024



RTVE suspende las oposiciones tras la filtración del 83% de las preguntas

septiembre 30, 2024

LAS MÁS LEÍDAS



La salida en Bolsa del Grupo Puig, sí pero no.

La salida en Bolsa del Grupo Puig, sí pero no. Los claroscuros que anunciamos de su salida a Bolsa se han hecho realidad...



Skiller Academy entrega los Tech & Programmatic Skills Awards

Skiller Academy premia a los mejores profesionales del sector tecnológico y publicitario en los Tech & Programmatic Skills Awards...



Gastón Bottazzini se convierte en consejero delegado de El Corte Inglés

Tras la Junta General de Accionistas, el argentino Gastón Bottazzini ha sido nombrado como nuevo consejero delegado de El Corte Inglés...



Sánchez-Galán y el despido de una embarazada en su filial de Brasil

Colean aun en las redes sociales de Brasil los efectos del caso Walkírya Carvalho, una empleada de la empresa Neoenergía, filial del grupo Iberdrola, que fue despedida hace unas semanas tras incorporarse...



La Ley de IA europea entra en vigor

La nueva Ley de IA de la Unión Europea entra en vigor y establece plazos de implementación desde los 6 meses hasta los 2 años...

INFOPERIODISTAS

Portada
Medios

SERVICIOS

Plataforma
Infoperiodistas

LEGAL

Política de privacidad
Política de Cookies



europapress / epsocial / responsables

RTVE y la SEN se unen para luchar contra las enfermedades neurológicas y fomentar la salud cerebral



Archivo - Resonancia magnética del cerebro
- ISTOCK - Archivo

MADRID, 1 Oct. (EUROPA PRESS) -

La Corporación de Radio y Televisión Española (RTVE) y la Sociedad Española de Neurología (SEN) han firmado un convenio con el objetivo de unir fuerzas para luchar contra las enfermedades neurológicas y fomentar la divulgación de la salud cerebral y la prevención de este tipo de enfermedades, en el marco de la Semana del Cerebro que se conmemora del 30 de septiembre al 4 de octubre.

Gracias a este convenio, RTVE se compromete a colaborar en la difusión de actividades, campañas de responsabilidad social o de concienciación, orientadas a prevenir las enfermedades neurológicas y a mejorar su diagnóstico y tratamiento, impulsadas por la SEN, así como a colaborar con ella en el diseño, implementación y participación en actividades cerebro-saludables, encuentros divulgativos u otro tipo de actividades formativas e informativas. Programas de RNE como 'Tras la tormenta' o 'Mente abierta' prestarán especial atención a esta materia.

Por su parte, la SEN se compromete a proporcionar a RTVE información y documentación para el adecuado cumplimiento de las tareas divulgativas y facilitará la presencia de RTVE en actos, ruedas de prensa y otro tipo de eventos de carácter público que organice.

Además, tanto RTVE como la SEN buscarán estudiar otras líneas de actuación que cualquiera de las dos entidades puedan proponer a futuro, orientadas a seguir luchando contra las enfermedades neurológicas, que ya afectan a más de 23 millones de personas en España.

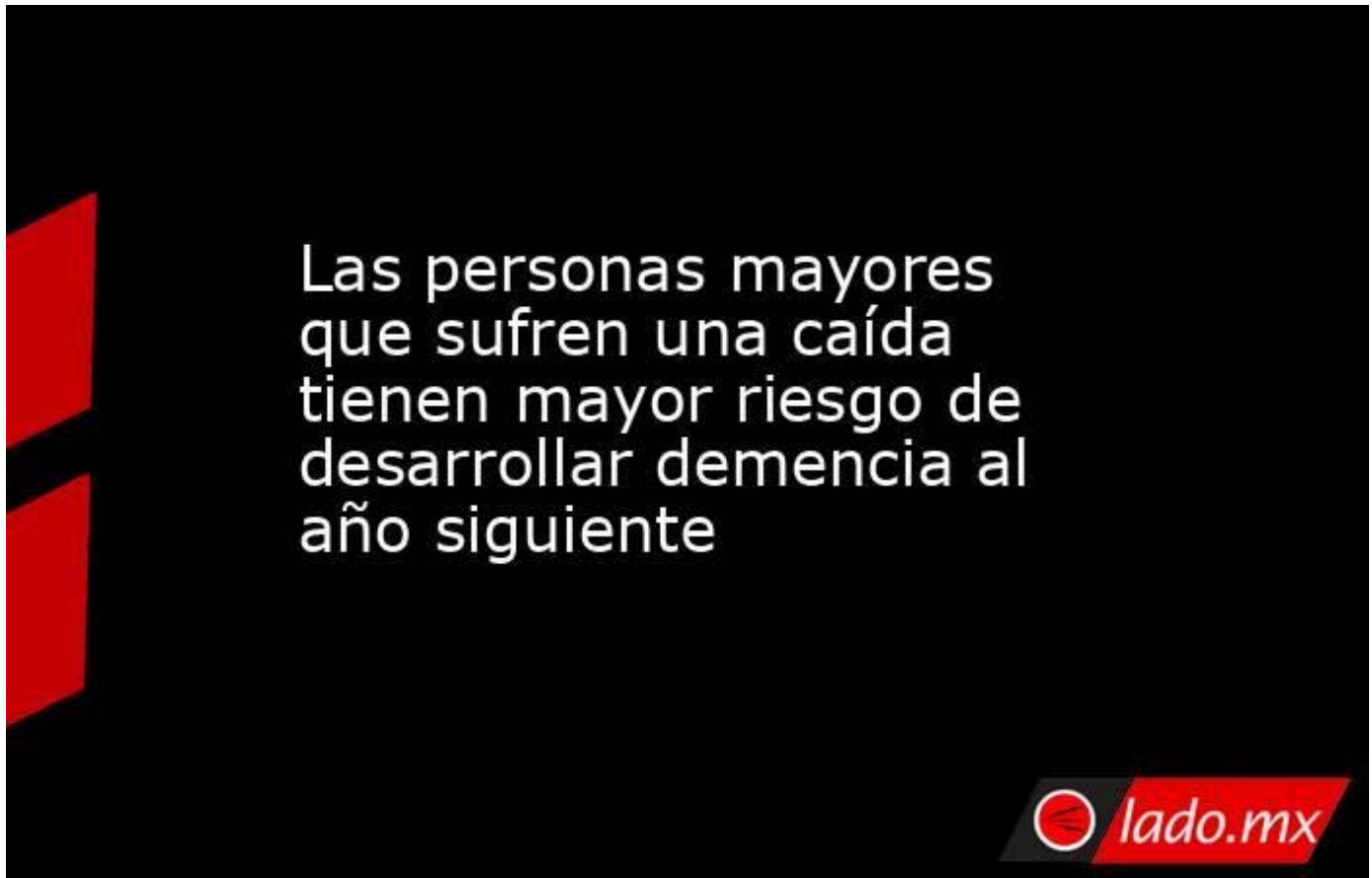
"Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad en España y el año

pasado ya fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos de nuestro país", han comentado desde la SEN. Su presidente, Jesús Porta-Etessam, ha señalado que el ictus, el Alzheimer u otras demencias, la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis, la meningitis o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos y, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, lideran los rankings de discapacidad.

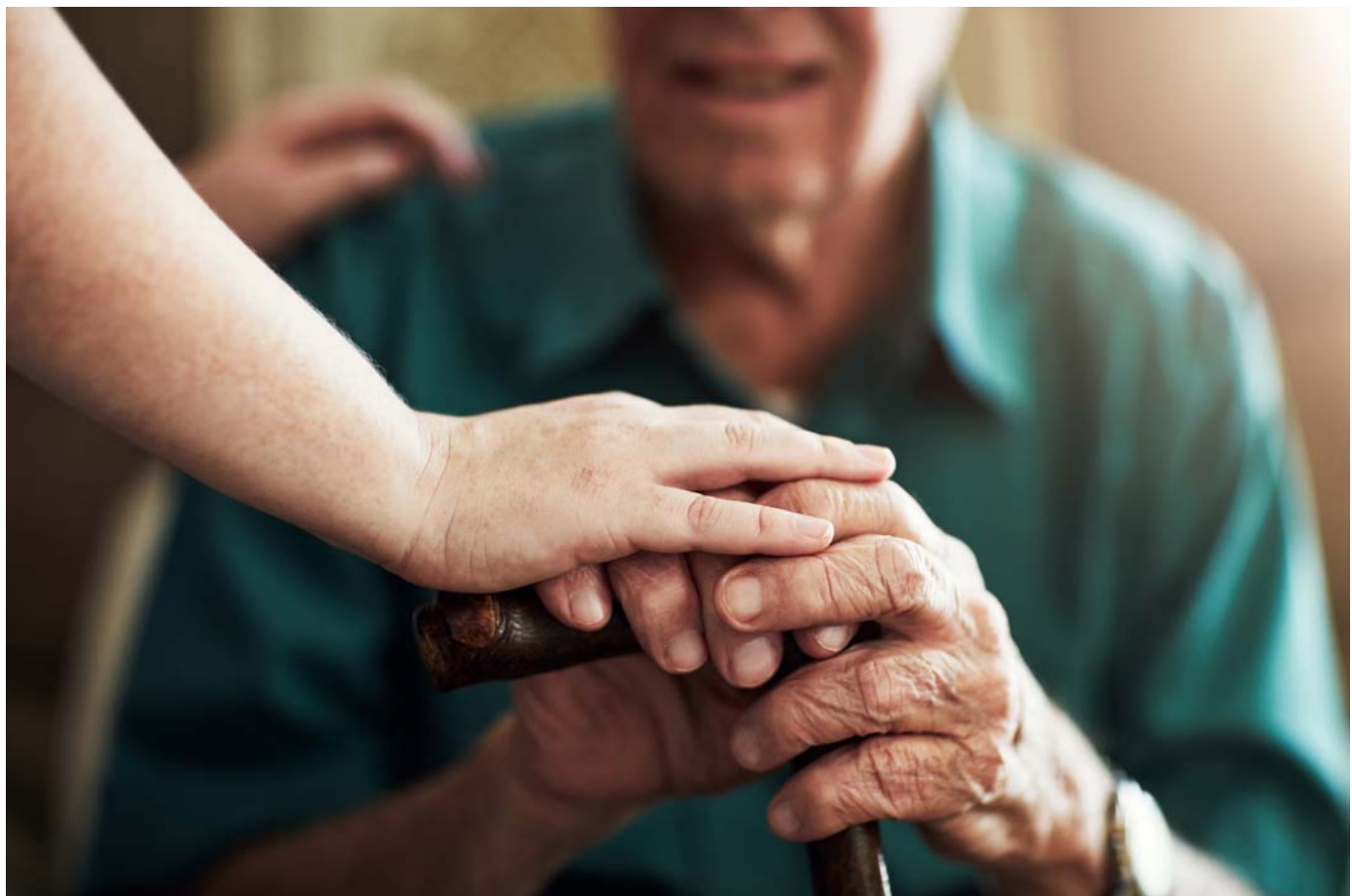
Desde la SEN se muestran "enormemente agradecidos de que RTVE pueda ayudarnos a concienciar sobre la importancia que tiene fomentar la salud cerebral y tratar de prevenir las enfermedades neurológicas. Estamos convencidos de que gracias a la ayuda de RTVE conseguiremos reducir el impacto que tienen las enfermedades neurológicas en la sociedad española".

[Argentina \(trending.php?id=769\)](#) / [Empresa \(trending.php?id=3075\)](#) / [México \(trending.php?id=1051\)](#) / [Gobierno \(trending.php?id=2674\)](#) / [Investigación \(trending.php?id=3174\)](#) / [Incendio \(trending.php?id=693\)](#) / [YouTube \(trending.php?id=5351\)](#) / [Estudiante \(trending.php?id=3080\)](#) / [Deportación \(trending.php?id=8747\)](#) / [Senado \(trending.php?id=1033\)](#) / [Turismo \(trending.php?id=2640\)](#) / [Persona desaparecida \(trending.php?id=8721\)](#)

Las personas mayores que sufren una caída tienen mayor riesgo de desarrollar demencia al año siguiente [Infobae](#)



02:20



Manos de un anciano sosteniendo un bastón (Shutterstock España)
Con la edad, muchas personas ven mermado su equilibrio y la fuerza de sus huesos y articulaciones. Por ello, las **caídas en las personas mayores** son más frecuentes. Ahora, un estudio del Brigham and Women's Hospital de Boston (Massachusetts, Estados Unidos) ha relacionado que los ancianos que sufren caídas tienen más probabilidades de desarrollar **demencia** (<https://www.infobae.com/espana/2024/07/31/hallan-una-nueva-forma-de-perdida-de-memoria-que-se-confunde-con-el-alzheimer/>) al año después del accidente.

Portada

Última hora

Más leídas



DOLOROSO

La migraña se diagnostica muy tarde y cronificada es la principal causa de discapacidad

La enfermedad afecta a cerca de 1000 millones de personas en el mundo y se suele diagnosticar con seis años de retraso.

01.10.2024 19:07

Lectura: 2'

ESCUCHAR NOTA

Más de 5 millones de personas sufren migraña en España, de los cuales solo la mitad ha recibido un diagnóstico, mientras que 1,5 millones la padecen de forma crónica y deriva en que sea la primera causa de discapacidad entre adultos menores de 50 años, principalmente mujeres.

Portada

Última hora

Más leídas

En **IKEA.es** te ayudamos
a conseguirlo



Hemos bajado el precio

MOSSLANDA

Estante para
cuadros

~~12,99€~~

9,99€



Invierte en orden y ahórrate el desorden

IKEA.es - Patrocinado

[Compra en web](#)

La migraña se diagnostica con hasta 6 años de retraso y en el mundo afecta a 1.100 millones de personas, es decir a 1 de cada 7, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) y de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

A su vez, los médicos de Atención Primaria estiman que 4,5 millones de españoles la sufren de forma ocasional y cerca de 1 millón de forma crónica, pero un 40 % de pacientes nunca acude a consulta médica y un 70 % de los que están tratamiento lo abandonan de forma precoz.

Afecta al 18 % de las mujeres y al 9% de los hombres -9% de las niñas frente al 5% de los niños- y en su forma crónica también afecta mayoritariamente a mujeres: el 6 % frente a algo menos del 3% de los hombres.

Se considera padecer la enfermedad de forma crónica cuando la cefalea que produce la migraña se padece más de 15 días al mes y en los peores casos más del 50% de las personas que la sufren presentan un grado de discapacidad grave o muy grave.

EFE



Suscríbete GRATIS a nuestro canal de WhatsApp y recibí las noticias en tu celular

onstruye ya tu ciudad
pica

Publicidad Forge of Empires



Quemar la grasa de su
abdomen

Publicidad Slimdoo.com

España envía aviones militares para evacuar a 350 españoles que
quieren salir de Líbano



Heraldo-Diario de Soria

Seguir

1.5K Seguidores



El Autobús del Cerebro llega a Soria el martes 1 de octubre

Historia de Milagros Hervada • 4 día(s) •

1 minutos de lectura



El Autobús del Cerebro llega a Soria el martes 1 de octubre

El Autobús de la **Semana del Cerebro** de la **Sociedad Española de Neurología** (SEN) visitará Soria el martes 1 de octubre para tratar de inculcar a la población la importancia de prevenir las enfermedades neurológicas, que ya afectan a más de 23 millones de persona

Comentarios

PRENSASOCIAL

El periódico que nos une

La SEN y RTVE firman un convenio para luchar contra las enfermedades neurológicas

Por **Redacción PS** - 2 de octubre de 2024



La Sociedad Española de Neurología (SEN) y la Corporación de Radio y Televisión Española (RTVE), han firmado un convenio con el objetivo de unir fuerzas para luchar contra las enfermedades neurológicas y fomentar la divulgación de la salud cerebral y la prevención de este tipo de enfermedades, en el marco de la Semana del Cerebro que se conmemora del 30 de septiembre al 4 de octubre.

Utilizamos cookies en nuestro sitio web para ofrecerle la experiencia más relevante al recordar sus preferencias en visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar todas", usted consiente el uso de TODAS las cookies. Sin embargo, puede visitar "Configuración de cookies" para dar un consentimiento más controlado.

[Configuración de cookies](#)

[Aceptar todas](#)

[Cambiar Idioma »](#)

PRESIDENTE, JESÚS PORTA-ETESSAM, HA SEÑALADO QUE EL ICTUS, EL ALZHEIMER U OTRAS DEMENCIAS, LA EPILEPSIA, LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE, LA ENFERMEDAD DE PARKINSON, LA ENCEFALITIS, LA MENINGITIS O LA ESCLEROSIS LATERAL AMIOTRÓFICA (ELA), SON LAS CAUSANTES DE UN GRAN PORCENTAJE DE LOS FALLECIMIENTOS Y, JUNTO CON OTRAS ENFERMEDADES NEUROLÓGICAS COMO LA MIGRAÑA, LIDERAN LOS RANKINGS DE DISCAPACIDAD.

Por su parte, RTVE se compromete a colaborar en la difusión de actividades, campañas de responsabilidad social o de concienciación orientadas a prevenir las enfermedades neurológicas y a mejorar su diagnóstico y tratamiento, impulsadas por la SEN. Programas de RNE como 'Tras la tormenta' o 'Mente abierta' prestarán especial atención a esta materia.

RTVE como la SEN buscarán estudiar otras líneas de actuación que cualquiera de las dos entidades puedan proponer a futuro, orientadas a seguir luchando contra las enfermedades neurológicas, que ya afectan a más de 23 millones de personas en España.

Redacción PS

Ofertas de empleo de Disjob

Utilizamos cookies en nuestro sitio web para ofrecerle la experiencia más relevante al recordar sus preferencias en visitas repetidas. Al hacer clic en "Aceptar todas", usted consiente el uso de TODAS las cookies. Sin embargo, puede visitar "Configuración de cookies" para dar un consentimiento más controlado.

[Configuración de cookies](#)

[Aceptar todas](#)

[Cambiar Idioma »](#)



ARTÍCULOS RECOMENDADOS DE LA WEB

Bebidas energéticas: insomnio, palpitaciones y más ansiedad

DAVID APARICIO · 01/10/2024



Este artículo me recordó a un paciente que no entendía por qué se sentía ansioso todo el tiempo. Al revisar su rutina, me mencionó que consumía entre 2 y 4 latas de bebidas energéticas al día...

El artículo de El País expone de manera clara los preocupantes efectos del consumo excesivo de estas bebidas, especialmente en niños y adolescentes:

La prevalencia global del consumo se estima, según un estudio publicado este año, en torno al 32% en el último mes. Es decir, que un tercio de las personas ha ingerido este tipo de bebidas en los últimos 30 días. Pero a los expertos consultados les preocupan especialmente los jóvenes y los efectos de estos refrescos en un organismo que todavía está madurando. “Es un fenómeno social curioso. Nos debemos de preocupar, pero no ser alarmistas porque no es una sustancia tan dañina. Pero hay subgrupos de población de más riesgo a los que les puede provocar más problemas de salud mental que se pueden prolongar en el tiempo porque ocurrieron cuando esos cerebros estaban madurando”, sintetiza Chema González Echevarri, neurólogo de la Unidad de Trastornos Neurocognitivos del Hospital Joan XXIII de Tarragona. Según la encuesta ESTUDES del Ministerio de Sanidad a estudiantes de 14 a 18 años, en 2023, casi la mitad (el 47,7%) habían tomado bebidas energéticas en los últimos 30 días.

(...)

A los médicos les preocupan especialmente dos ingredientes de las bebidas energéticas: el azúcar y la cafeína (o los otros estimulantes que lleve). Sobre los segundos, González Echevarri, que también es miembro de la Sociedad Española de Neurología, describe el impacto en el cerebro: “Estimulantes como la taurina y la cafeína modulan un neurotransmisor que aumenta la concentración, pero también puede provocar problemas de insomnio o que tolere peor la ansiedad, con todos sus efectos, como taquicardias, temblores e irritabilidad”.

Pero el principal problema es el exceso de azúcar:

Acerca del azúcar, Caínzos sí que es tajante: “Lo que es una preocupación es el consumo frecuente y continuado de estas bebidas por su contenido en azúcar porque puede provocar resistencia a la insulina, obesidad y diabetes”, todos cuadros patológicos que son la puerta de entrada a otras enfermedades cardiovasculares. “El consumo crónico con tales cantidades de azúcar es una preocupación”, sentencia. Las marcas ya han puesto en el mercado también opciones bajas en azúcar.

[Artículo completo en El País.](#)



David Aparicio

Editor general y cofundador de Psyciencia.com. Me especializo en la atención clínica de adultos con problemas de depresión, ansiedad y desregulación emocional.



PSYCIENCIA

CONTÁCTANOS

PUBLICIDAD

NOSOTROS

PUBLICA

Psicología y neurociencias en español todos los días



Los efectos en el cerebro de comer queso según un neurólogo

Enviado por admin el Mié, 02/10/2024 - 08:22

El **queso** es uno de los lácteos más populares en la dieta mediterránea, lo que ha llevado a lo largo del tiempo a ser objeto de diversas investigaciones. Muchas de ellas se han centrado, concretamente, en el efecto que puede tener el consumo de determinadas variedades. El **neurólogo y neurocirujano Dr. Mill Etienne** ha compartido resultado de un estudio en el que se ha confirmado **impacto positivo en la memoria y la función cognitiva**. Un resultado que, para España, es prometedor, ya que el 60% de los casos de demencia no están diagnosticados y cerca de 800.000 personas padecen Alzheimer, **según la Sociedad Española de Neurología (SEN)**.

¿Qué variedades de queso tienen beneficios para el cerebro?

En **Dr. Etienne** se ha hecho eco en medios internacionales de un reciente estudio japonés que han vinculado el consumo de **quesos como el feta y el cheddar** con una **mejor memoria y función cognitiva**. La investigación, que tuvo de sujetos a 1.200 personas adultas mayores de 65 años arrojó resultados positivos sobre estos dos tipos de quesos para la **mejora del rendimiento del cerebro**.

Eso sí, la clave para obtener todos los beneficios reside sobre todo en **la calidad del queso** y, por supuesto, evitar los más procesados. El Dr. Etienne aconseja **no optar por opciones envasadas individualmente o para untar**, ya que de normal son quesos procesados que pueden contener aditivos como el diacetilo, una enzima utilizada para dar sabor que podría contribuir al deterioro de la memoria y **augmentar el riesgo de enfermedades cerebrovasculares**.

Los efectos en el cerebro de comer queso

El impacto del queso en el cerebro se debe principalmente a **dos aminoácidos: el triptófano y la tirosina**. El primero es un precursor de la serotonina, el neurotransmisor encargado de regular el estado de ánimo. Mientras que, el segundo, **estimula la producción de dopamina** y la sensación de placer. En cuanto a nutrientes, los quesos son ricos en **vitamina B12, calcio y fósforo**, minerales esenciales para el funcionamiento cerebral.

Para saber si el consumo de queso está afectando a nuestra salud cerebral el Dr. Etienne recomienda escuchar las señales corporales. Si **al ingerir ciertos tipos de queso**, sobre todo aquellos que tiene contenido alto de lactosa, **se notan problemas digestivos, es posible que tenga un impacto negativo en tu cerebro**. Por eso el neurólogo siempre opta por opciones bajas en lactosa y poco procesados como el suizo, el parmesano o el cheddar. Además, recomienda la variedad feta porque está elaborada con leche de oveja o cabra, **que proporciona más beneficios que la de vaca**.

Referencias

Kim, H., Osuka, Y., Kojima, N., Sasai, H., Nakamura, K., Oba, C., Sasaki, M., & Suzuki, T. (2023b). Inverse Association between Cheese Consumption and Lower Cognitive Function in Japanese Community-Dwelling Older Adults Based on a Cross-Sectional Study. *Nutrients*, 15(14), 3181. <https://doi.org/10.3390/nu15143181>

¿Quieres recibir los mejores contenidos para cuidar tu salud y sentirte bien? Apúntate gratis a nuestra nueva newsletter.

Encuestas

¿Cual de los siguientes periodista valoras más?

¿Que medio utilizas con más frecuencia para recibir noticias de actualidad?

¿Cual de estos políticos valoras más?

¿Que coalición política crees que es la mejor opción?



RedAnuncios

OFERTA

VENDO

COMPRO

REGALO



Busca, encuentra, publica anuncios de forma rápida, fácil y totalmente gratis.

Protección de datos.

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

Aceptar

No, gracias

Portada

Etiquetas

RTVE y la SEN se unen para luchar contra las enfermedades neurológicas y fomentar la salud cerebral



Agencias

Martes, 1 de octubre de 2024, 19:01 h (CET)

La Corporación de Radio y Televisión Española (RTVE) y la Sociedad Española de Neurología (SEN) han firmado un convenio con el objetivo de unir fuerzas para luchar contra las enfermedades neurológicas y fomentar la divulgación de la salud cerebral y la prevención de este tipo de enfermedades, en el marco de la Semana del Cerebro que se conmemora del 30 de septiembre al 4 de octubre.

Gracias a este convenio, RTVE se compromete a colaborar en la difusión de actividades, campañas de responsabilidad social o de concienciación, orientadas a prevenir las enfermedades neurológicas y a mejorar su diagnóstico y tratamiento, impulsadas por la SEN, así como a colaborar con ella en el diseño, implementación y participación en actividades cerebro-saludables, encuentros divulgativos u otro tipo de actividades formativas e informativas. Programas de RNE como 'Tras la tormenta' o 'Mente abierta' prestarán especial atención a esta materia.

Por su parte, la SEN se compromete a proporcionar a RTVE información y documentación para el adecuado cumplimiento de las tareas divulgativas y facilitará la presencia de RTVE en actos, ruedas de prensa y otro tipo de eventos de carácter público que organice.

Además, tanto RTVE como la SEN buscarán estudiar otras líneas de actuación que cualquiera de las dos entidades puedan proponer a futuro, orientadas a seguir luchando contra las enfermedades neurológicas, que ya afectan a más de 23 millones de personas en España.

"Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad en España y el año pasado ya fueron las responsables del 14 por ciento de los fallecimientos de nuestro país", han comentado desde la SEN. Su presidente, Jesús Porta-Etessam, ha señalado que el ictus, el Alzheimer u otras demencias, la epilepsia, la esclerosis múltiple, la enfermedad de Parkinson, la encefalitis, la meningitis o la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) son las causantes de un gran porcentaje de los fallecimientos y, junto con otras enfermedades neurológicas como la migraña, lideran los rankings de discapacidad.

Desde la SEN se muestran "enormemente agradecidos de que RTVE pueda ayudarnos a concienciar sobre la importancia que tiene fomentar la salud

Lo más leído

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

2 [Dos vagones históricos de ENDESA, restaurados por la Fundación del Patrimonio Ferroviario](#)

3 [Conociendo a... Mariano Alcañiz Raya](#)

4 [Cuentos, leyendas y mitos de Nicaragua](#)

5 [Fracaso del PP de Dénia en su moción a favor de los anacrónicos 'bous la mar'](#)

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

cerebral y tratar de prevenir las enfermedades neurológicas. Estamos convencidos de que gracias a la ayuda de RTVE conseguiremos reducir el impacto que tienen las enfermedades neurológicas en la sociedad española".

TE RECOMENDAMOS



Una oportunidad de futuro
Únete a Sanitas. Emprende una carrera profesional como agente de seguros



Nuevo Jeep Avenger
Nuevo Jeep Avenger disponible e-hybrid, gasolina y 100% eléctrico



Esto es un negocio
Una millonaria de Madrid cuenta cómo hizo su fortuna



¿Problemas de erección?
Haz nuestro test gratuito y descubre si tienes disfunción eréctil



Nuevo Audi Q6 e-tron.
Por 695€/mes* en 36 cuotas, seguro y mantenimiento incl. Entrada: 14.727€



"Elijo Traction de Cepsa
Porque son lubricantes de alta protección para motores exigentes"

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.

DISCOVER WITH
addoor

Escribe aquí qué tema te interesa... Documentos Enfermedades Mapa de Asociaciones

Noticias Agenda Asociaciones Premios Somos Pacientes

Ictus, Madrid

I Carrera Popular Día del Ictus

Cuando: desde: 27-10-2024 9:00h hasta: 27-09-2024 11:00h

Dirección: Plaza San Juan de la Cruz, Madrid

PUBLICADO POR:
Somos Pacientes

COMENTAR



La Sociedad Española de Neurología (SEN) organiza en Madrid el 27 de octubre la **I Carrera Popular Día del Ictus 2024**, con modalidades de 5 kilómetros, 10 kilómetros y 5 kilómetros marcha. Podrán participar personas de cualquier edad, si son menores de 18 años deberán presentar una autorización paterna, y los menores de 16 sólo podrán participar en las dos variantes de 5 km.

Inscripciones hasta el 24 de octubre o hasta agotar dorsales (2.000 corredores).

Más información



Deja tu comentario

Puedes escribir un comentario rellenando tu nombre y tu email.
Si lo prefieres puedes comentar validándote con tu cuenta de Facebook o Twitter.

Nombre (obligatorio)

Email (no se publicará) (obligatorio)

Comentario

ENVIAR COMENTARIO



SUSCRÍBETE



www.soriatv.com
La Televisión Digital de Soria



Actualidad Capital Provincia Castilla y León Deporte Sucesos



Sociedad Eventos Turismo Agenda

Home > Capital

El 'Autobús del Cerebro' llega a Soria

1 octubre, 2024



Foto.- Equipo directivo de la Gerencia de Asistencia Sanitaria de Soria y Luis López, representante de la SEN y jefe del Servicio de Neurología del Hospital Universitario de Salamanca.

Privacidad

Autobús del Cerebro se ha ubicado en el aparcamiento de

acceso al Hospital Universitario Santa Bárbara

Esta iniciativa es impulsada por la Sociedad Española de Neurología con motivo de la Semana del Cerebro

En la jornada de hoy se ha instalado, en la entrada principal del Hospital Universitario Santa Bárbara de Soria, el 'Autobús del Cerebro', cuyo objetivo es concienciar al mayor número de personas (tanto adultos como jóvenes) sobre la importancia de cuidar el cerebro para mantenerlo sano, así como informar sobre las diferentes enfermedades neurológicas, como el ictus, ELA, [Alzheimer](#) o Narcolepsia, entre otros.

Esta iniciativa está impulsada por la [Sociedad Española de Neurología](#) (SEN), dentro de una nueva edición de la 'Semana del Cerebro'. Ente el 30 de septiembre y el 4 de octubre, el autobús recorrerá cinco ciudades: Madrid, Soria, Burgos, Pamplona y San Sebastián. La Junta de Castilla y León ha cedido los espacios del aparcamiento de acceso al hospital en una jornada que se espera que cuente con bastante afluencia de público, para concienciación y realización de actividades en un área tan sensible como es la del cerebro.

NOTICIAS RELACIONADAS

Latorre apunta a que no conviene relajarse pese a la tranquilidad de las fiestas de San Saturio

Estos son los cinco comercios premiados de «Aquí hay premio» de septiembre

Para esta campaña del 'Autobús del Cerebro' se cuenta con la colaboración de varios neurólogos de la propia SEN, que realizan las exploraciones y actividades puestas a disposición de la población de manera gratuita.

Tipos de visitas

El horario de visita es de 10.00 a 18.00 horas, pero el último acceso se realizará sobre las 17.30. Durante las actividades previstas se llevarán a cabo dos tipos de ejercicios: en primer lugar, se realizará un estudio que calcula el flujo de sangre en los vasos sanguíneos, la velocidad del flujo, el diámetro del vaso, así como detectar la presencia de placas de ateroma, lesiones inflamatorias, estenosis u obstrucciones; y en segundo lugar, se efectuarán actividades de agilidad mental para detectar la destreza visual, la velocidad psicomotora, el deterioro cognitivo y la memoria visual, entre otros.

Además, se contará con actividades para niños que consisten en diferentes juegos,

Privacidad

como puzzles y laberintos con diferentes niveles de dificultad.

Para que los usuarios puedan obtener los resultados de las pruebas realizadas, se les entregan al comienzo de la actividad dos tarjetas que corresponden a cada una de las pruebas, las cuales irán numeradas dependiendo del orden de llegada.

Enfermedades neurológicas

Las enfermedades neurológicas son la principal causa de discapacidad en España, siendo las responsables del 44 % de las discapacidades por enfermedad crónica. Enfermedades neurológicas como el Alzheimer, Parkinson, ictus, ELA, esclerosis múltiple, epilepsia, migraña, etc., lideran las tablas de discapacidad en nuestro país. Además, el año pasado, las enfermedades neurológicas fueron las responsables del 14 % de los fallecimientos, con enfermedades como el Alzheimer o el ictus, también encabezando la tabla de las principales causas de defunción en España en 2023.

Pero, además, estas cifras seguirán en aumento en los próximos años si no se toman medidas. La SEN estima que, en menos de 15 años, el número de casos de ictus aumentarán un 35 % y que, en 25 años, se triplicará el número de casos del Alzheimer y de Parkinson. Por el contrario, solo teniendo en cuenta lo que la prevención podría suponer para tres de las enfermedades neurológicas más comunes en España (como son el ictus, la demencia y la epilepsia), permitiría evitar que más de 100.000 personas muriesen o viviesen con discapacidad cada año en España.

[Send](#)[Share](#)[Send](#)[Share](#)[Tweet](#)[Share](#)

ÚLTIMA HORA



FOTOGALERÍA | Tarde de vacas en Ágreda

🕒 2 OCTUBRE, 2024

Daniel Llorente y Luis Cerezo se vuelven a concentrar con la preselección regional