



6 Octubre, 2024

# Los casos de meningitis crecen un 13% tras caer las medidas anticovid

Esta enfermedad provoca más de 300.000 defunciones cada año en todo el mundo

Patricia Martín  
Madrid

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

La Organización Mundial de la Salud calcula que la meningitis, que causa una infección de las meninges, las membranas que cubren el cerebro y la médula espinal, debido a diferentes agentes,

como virus o bacterias, afecta a unos 2,5 millones de personas al año y provoca 300.000 defunciones en el mundo, dado que un 10% de los infectados acaban falleciendo y un 30% tiene secuelas graves. Por ello, «sigue siendo un gran desafío de salud pública», según la doctora Marta Guillán, secretaria del grupo de neurología crítica e intensivista de la SEN.

En España, cada año se detectan unos 1.000 casos, el 10% de ellos graves. En 2017 las infecciones iniciaron una senda descendente, pero en los dos últimos años se ha producido un repunte, del 10% en 2022 y del 13% en 2023, que la SEN achaca a la relajación de las medidas de protección, una vez superada la pandemia.

6 Octubre, 2024

# TALENTO CON NOMBRE Y APELLIDOS

**C**uando era pequeño me divertía hacer una imaginaria selección de futbolistas gaditanos que no jugaban en el Cádiz. Y pensaba que si los reunieran a todos vestidos de amarillo no se nos escaparía, como mínimo, la clasificación para la Copa de la UEFA. Me salían Botubot en el Valencia, Migueli en el Barcelona, Paco Baena en el Atlético, Manolo Mesa en el Sporting, Super Paco y Enrique Montero en el Sevilla, Juan José en el Real Madrid... todos ellos internacionales. Pero había muchísimos más. Los hermanos Mejías en su plenitud -Pepe en el Zaragoza, Salva en el Murcia-, Jose González, Antonio Calderón y Barla que jugaron en el Rayo y varios equipos más, Moisés Arteaga en el Espanyol... Por supuesto algo más tarde Kiko Narváez y Mami Quevedo, birlados por Jesús Gil para el Atlético de Madrid. Qué decir de los béticos Joaquín y Juanito. O de Nolito. Actualmente están Bryan Gil en el Girona o Suso en el Sevilla... y muchísimos más. Ya les digo, si hiciésemos una selección histórica con todos ellos vaya usted a saber cuántas Copas Intercontinentales tendríamos en las vitrinas de Carranza. Pero ese es el sino de Cádiz. Los que destacan, los que brillan con luz propia, habitualmente se marchan fuera. No tienen más remedio que buscar otros lares en los que desarrollar su talento. No sólo en el fútbol, sino en todas las profesiones. Han de perseguir sus sueños lejos de una tierra que se los niega. Por supuesto la siguen amando. Vuelven siempre que pueden porque aquí están sus raíces. Su familia. Sus recuerdos. Su esencia. Pero lo hacen sólo de visita. Y cuando llega septiembre o acaba la Navidad, no tienen más remedio que volver a emigrar, dejando aquí una parte de su corazón. Pero llevándose con ellos todo su potencial, todas sus capacidades, todas sus habilidades profesionales.

Lo hacen, además, desde bien jóvenes. En muchos casos directamente se marchan fuera a estudiar. La Universidad de Cádiz ha hecho un esfuerzo importante por retener talento. Pero es obvio que aún no es suficiente. Y aun cuando se forman aquí, a los que más destacan no les queda otra que partir tras su etapa universitaria. Te-

SIN ACRITUD

**IGNACIO  
MORENO  
BUSTAMANTE**

nemos decenas de altos directivos repartidos por España y hasta por Europa. La semana pasada en LA VOZ de Cádiz tuvimos el inmenso orgullo y el honor de premiar nada más y nada menos que al vicepresidente mundial de Ikea, Juvencio Maeztu. Un auténtico líder que -como él mismo explicó en su discurso- mantiene un impresionante equilibrio entre la humildad y la fuerza de voluntad para ejercer su liderazgo. Y que, para

alcanzarlo, ha sido fundamental haber nacido en esta tierra, de la que se siente tan orgulloso. Como él, en esa selección de virtuosos gaditanos en distintas parcelas profesionales, está el gaditano también de 'Cadi-Cadi' Federico Linares, presidente de EY España; el jerezano Lorenzo Amor, presidente de la Asociación de Trabajadores Autónomos; la isleña Inés Esparragosa, Coordinadora del Grupo de Estudio de Neurooncología de la Sociedad Española de Neurología; el sanluqueño Javier Garat, secretario general de la Confederación Española de Pesca; Sandra Golpe, directora de Antena 3 Noticias; Ana Bueno, Directora Contenidos Multimedia Mediaset; Hernán Cortés, prestigiosísimo pintor; Marta Pérez Dorao, presidenta de la Fundación Inspiring Girls... decenas de ellos en puestos de altísima responsabilidad. Y centenares más que son anónimos pero también tremendamente brillantes. Seguro que tiene usted varios amigos o familiares desperdigados

por todos los puntos a los que les han llevado sus carreras profesionales. En Madrid, en Francia, en Inglaterra, en EEUU.

Imagínese ahora que todos y cada uno de ellos hubiesen podido desarrollar sus vidas, personales y profesionales, aquí. Imagínese que la tierra en la que han nacido y a la que, me consta, todos ellos aman con pasión, les hubiera dado esa oportunidad. Imagínese unir todo su potencial al de los que sí han tenido la fortuna de hacerlo en nuestra provincia, que también hay muchos y muy buenos. Esa es nuestra tarea. La de todos. Retener a toda costa tanto talento que se nos escapa desde hace décadas. Si algún día lo logramos, créame, seremos absolutamente imparables.



6 Octubre, 2024

# Los neurólogos alertan de que los casos de meningitis pueden duplicarse en los próximos años

La mortalidad no debería subir tanto debido a las mejoras en el tratamiento

**EP MADRID**

La Sociedad Española de Neurología (SEN) señaló ayer que, actualmente, la meningitis causa 300.000 defunciones al año en todo el mundo, a pesar de que muchos casos se podrían prevenir mediante la vacunación y que, a pesar de los importantes progresos logrados en los últimos años para reducir la incidencia, se estima que en los próximos años se duplique el número de casos anuales.

No obstante, las estimaciones no contemplan que aumente de igual forma el número de defunciones, debido a las mejoras en la identificación de la enfermedad, prevención y tratamiento, aunque sí aumentará el número de personas con secuelas por esta enfermedad.

## Desafío para la salud

“La meningitis es una infección grave de las meninges, es decir, de las membranas que cubren el cerebro y la médula espinal, que puede ser causada por muchos agentes diferentes, pero principalmente por bacterias, hongos o virus. Es una enfermedad que puede ser devastadora, ya que si se desarrolla de forma grave presenta hasta un 10% de mortalidad y hasta un 30% de secuelas graves, por tanto sigue siendo un gran desafío para la salud pública”, explicó la secretaria del Gru-

po de Estudio de Neurología Crítica e Intensivista de la Sociedad Española de Neurología, la doctora Marta Guillán Rodríguez.

Según datos de la SEN, cada año se declaran unos 1.000 casos de meningitis en España, de los cuales un 10% son muy graves. Cualquier persona puede contraer meningitis, aunque los grupos de mayor riesgo son los niños menores de cinco años, sobre todo cuando los niños no son vacunados, y los jóvenes de entre 15 y 24 años.

De hecho, es la primera causa de muerte por infección en niños y adolescentes. “Los síntomas suelen aparecer de forma brusca y los más habituales son fiebre alta, dolor de cabeza intenso, rigidez en el cuello, náuseas, sensibilidad a la luz y confusión, que pueden progresar rápidamente y requerir atención médica urgente”, señala la doctora Guillán. ●



6 Octubre, 2024

José Navarro

## Enfermedad infecciosa

Los contagios empezaron a descender en 2017 gracias a la ampliación del calendario de vacunación, pero se ha producido un repunte

# Los casos de meningitis crecen un 13% en España

PATRICIA MARTÍN  
 Madrid

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

La Organización Mundial de la Salud calcula que la meningitis, que causa una infección de las meninges, las membranas que cubren el cerebro y la médula espinal, debido a diferentes agentes, como virus o bacterias, afecta a unos 2,5 millones de personas al año y provoca 300.000 defunciones en el mundo, dado que un 10% de los infectados acaban falleciendo y un 30% tiene secuelas graves.

Así, la meningitis «sigue siendo un gran desafío de salud pública», según la doctora Marta Guillán, secretaria del grupo de neurología crítica e intensivista de la SEN.

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

graves. En el año 2017, las infecciones iniciaron una senda descendente, gracias a mejoras en la prevención y a ampliaciones en el calendario de vacunación, pero en los dos últimos años se ha producido un repunte, del 10% en 2022 y del 13% en 2023, que la SEN achaca a la relajación de las medidas de protección, una vez superada la fase más dura de la pandemia.

Aun así, en el año 2012 se notificaron el doble de casos, mientras que en 2016 fueron el cuádruple respecto a las cifras actuales.

### Mala previsión mundial

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

De hecho, un reciente estudio realizado por la Asociación Española contra la Meningitis estimaba



Una persona recibe una dosis en una campaña de vacunación contra la meningitis.

**La carga económica de la dolencia supone, de media, más de 11.000 euros por paciente y año**

que la carga económica de la enfermedad suponía, de media, más de 11.000 euros por paciente y año.

### Rigidez en el cuello y manchas

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

Y el problema añadido es que los primeros síntomas se confunden

con los procesos infecciosos comunes. Pero hay que consultar ante la aparición de los primeros síntomas, porque «los casos bacterianos pueden ser fatales en cuestión de días si no se tratan adecuadamente», según advierte la doctora Guillán.

Una pista que puede indicar que es meningitis es que los síntomas aparezcan de forma brusca, con fiebre alta, dolor de cabeza intenso, rigidez en el cuello, náuseas, sensibilidad a la luz y confusión. En niños, «otro de los signos es la aparición de pequeñas manchas de color rojo o morado», indica la doctora. ■



6 Octubre, 2024

ENFERMEDAD INFECCIOSA

Los contagios empezaron a descender en 2017 gracias a la ampliación del calendario de vacunación, pero en los dos últimos años se ha producido un repunte.

# Los casos de meningitis crecen un 13% en España

PATRICIA MARTÍN  
 Madrid

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

La Organización Mundial de la Salud calcula que la meningitis, que causa una infección de las meninges, las membranas que cubren el cere-

bro y la médula espinal, debido a diferentes agentes, como virus o bacterias, afecta a unos 2,5 millones de personas al año y provoca 300.000 defunciones en el mundo, dado que un 10% de los infectados acaban falleciendo y un 30% tiene secuelas graves. Por ello, «sigue siendo un gran desafío de salud pública», según la doctora Marta Guillán, secretaria del grupo de neurología crítica e intensivista de la SEN.

En España, cada año se detectan unos mil casos, el 10% de ellos graves. En 2017 las infecciones iniciaron una senda descendente, gracias a mejoras en la prevención y a ampliaciones en el calendario de vacunación, pero en los dos últimos años se



Campaña de vacunación contra la meningitis.

ha producido un repunte, del 10% en 2022 y del 13% en 2023, que la SEN achaca a la relajación de las medidas de protección, una vez superada la fase más dura de la pandemia. Aun así, en 2012 se notificaron el doble de casos y en 2016, el cuádruple, respecto a las cifras actuales.

No obstante, a nivel mundial la previsión es que se duplique el nú-

mero de casos anuales, aunque con una reducción de las defunciones, debido a las mejoras que se han introducido en la identificación de la enfermedad, la prevención y el tratamiento. Pero puede producirse un aumento de personas con secuelas, porque la meningitis puede provocar pérdida de audición, discapacidad visual y física y disfunciones

José Navarro

cognitivas, a lo que se une la afectación a nivel mental del paciente y sus familiares.

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

**Rigidez en el cuello y manchas**

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

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

Una pista que puede indicar que se trata de meningitis es que los síntomas aparezcan de forma brusca, con fiebre alta, dolor de cabeza intenso, rigidez en el cuello, náuseas, sensibilidad a la luz y confusión. En niños, «otro de los signos es la aparición de pequeñas manchas de color rojo o morado», indica la doctora. ■

8 Octubre, 2024



## Javier Urra: “En esta sociedad inmadura mucha gente busca ser envidiada, no respetada”

“Se pretende el éxito fácil, el pelletazo, hay falta de humildad”, afirma el psicólogo / Pág. 22

Javier Urra y María Ferreiro, ayer. // Adrián Irago



8 Octubre, 2024

# La comunidad suma una veintena de casos de meningitis este año y dos personas han fallecido

El ritmo de infecciones se mantiene durante este ejercicio después de que en 2023 las notificaciones sextuplicaran el dato de 2022

C. VILLAR  
 SANTIAGO

Cada año, en todo el planeta, la meningitis afecta a alrededor de 2,5 millones de personas y provoca unas 300.000 muertes, "a pesar de que en muchos casos se podrían prevenir mediante la vacunación". Es el aviso que lanzaba hace tres días, coincidiendo con el Día Mundial contra la Meningitis, la Sociedad Española de Neurología. Sus expertos advertían, además, que la incidencia de la enfermedad se elevó un 13 por ciento en España en el último año y Galicia también ha visto engordar las cifras. Tras un retroceso continuo desde 2019, de 2022 a 2023 se produjo un salto, al pasar de 4 casos de enfermedad meningocócica registrados a 25 —seis veces más—, según datos del Instituto Galego de Estadística.

Según la información que recopiló este año el Centro Nacional de Epidemiología del Instituto Carlos III, no es previsible que ese repunte se limite a 2023, dado que si el año pasado se informaba de una infección cada 14 días de media, este ejercicio la media sería de una cada once días. Desde el 1 de enero hasta el 22 de septiembre, la fecha más reciente a la que permite remitirse su boletín, refleja que Galicia ha notificado a la red de vigilancia epidemiológica un total de 21 casos (19 confirmados) y dos defunciones.

Galicia no es la comunidad más afectada. En autonomías como Andalucía se contabilizaron 48 casos en lo que va de año, 40 en Madrid y 27 en Cataluña, aunque su población es mayor. Incluso el País Vasco, con menos



Vacunación de un niño. // FdV

vecinos, ha dado cuenta de más casos (24) que las autoridades sanitarias gallegas. En todo el Estado, las infecciones acumuladas hasta finales de septiembre ascienden a 260 (con 252 confirmadas) y las víctimas, a un total de 22. En todo caso, a principios de la década, estas infecciones rondaban el medio centenar al año.

Para una información más pormenorizada hay que acudir al análisis que realiza el Sergas. Este no se corres-

ponde con el año natural, sino que sitúa el inicio de temporada al principio del mes de octubre, en la semana 41 y la finaliza el mismo mes del año siguiente, en la semana 40, es decir, funciona de forma parecida a la gripe. Conforme a los datos recopilados por la Consellería de Sanidade, entre el 9 de octubre del pasado año y agosto del actual se habrían registrado 26 casos en Galicia —24 de ellos se habrían producido este año, aunque

seis estarían sin confirmar— y la mayor parte —once— han afectado a personas mayores de 65 años.

Aunque también se dieron un total de 6 infecciones en niños menores de 9 años, el Sergas sitúa los cuatro fallecimientos relacionados con la dolencia durante la actual temporada en el grupo de los jubilados. En relación al serogrupo detectado en general, el preponderante es el B, aunque el responsable de los decesos entre los mayores sería el W —en dos casos; en otros dos no consta serogrupo porque es desconocido o no se ha confirmado—.

El serogrupo B, el que más se repite, es el que trajo a numerosos progenitores gallegos de cabeza hace varios años, antes de que la inmunización a bebés fuera incluida en el calendario de vacunación infantil y sufragada con fondos públicos. Los padres gallegos acudieron primero a farmacias portuguesas, hasta que se autorizó la comercialización de la inyección en farmacias de España, y la vacuna registró después problemas de desabastecimiento. Finalmente, a partir de noviembre de 2022, el Sergas la incorporó de forma sistemática al calendario de vacunación.

Este verano la Xunta autorizaba la compra de 46.000 dosis de Bexsero, la vacuna contra el serotipo B, por 2,77 millones de euros para inmunizar entre 2024 y 2025 a la población gallega susceptible de recibir esta vacuna: niños y niñas a los 2, 4 y 12 meses de edad y grupos de riesgo. Hace ahora un año el Ejecutivo gallego estrenaba asimismo el nuevo "Calendario de inmunización a lo largo de toda la vida" y una de las novedades que incorporaba era la vacunación frente a la meningitis con cuatro serotipos (A, C, W e Y) a los 4 meses, 12 meses y 12 años.

Además, en mayo la Xunta anunció que recaptaría a 14.850 bebés nacidos en 2022 para protegerlos frente a la enfermedad neumocócica invasora con la inyección 20-valente, que hasta entonces se aplicaba en grupos de riesgo y en 65 o más años. Aseguró entonces que el 60% de casos de enfermedad neumocócica invasora, incluyendo las formas más graves, como la sepsis y la meningitis, se deben a serotipos presentes en la nueva vacuna.



8 Octubre, 2024

C. VILLAR  
 Santiago

## La comunidad suma una veintena de casos de meningitis este año y dos personas han fallecido

El ritmo de infecciones se mantiene durante este ejercicio después de que en el año 2023 las notificaciones sextuplicaran el dato que se registró en 2022

Cada año, en todo el planeta, la meningitis afecta a alrededor de 2,5 millones de personas y provoca unas 300.000 muertes, "a pesar de que en muchos casos se podrían prevenir mediante la vacunación". Es el aviso que lanzaba hace tres días, coincidiendo con el Día Mundial contra la Meningitis, la Sociedad Española de Neurología. Sus expertos advertían, además, que la incidencia de la enfermedad se elevó un 13 por ciento en España en el último año y Galicia también ha visto engordar las cifras. Tras un retroceso continuo desde 2019, de 2022 a 2023 se produjo un salto, al pasar de 4 casos de enfermedad meningocócica registrados a 25 -seis veces más-, según datos del Instituto Galego de Estadística.

Según la información que recopila este año el Centro Nacional de Epidemiología del Instituto Carlos III, no es

previsible que ese repunte se limite a 2023, dado que si el año pasado se informaba de una infección cada 14 días de media, este ejercicio la media sería de una cada once días. Desde el 1 de enero hasta el 22 de septiembre, la fecha más reciente a la que permite remitirse su boletín, refleja que Galicia ha notificado a la red de vigilancia epidemiológica un total de 21 casos (19 confirmados) y dos defunciones.

Galicia no es la comunidad más afectada. En autonomías como Andalucía se contabilizaron 48 casos en lo que va de año, 40 en Madrid y 27 en

Cataluña, aunque su población es mayor. Incluso el País Vasco, con menos vecinos, ha dado cuenta de más casos (24) que las autoridades sanitarias gallegas. En todo el Estado, las infecciones acumuladas hasta finales de septiembre ascienden a 260 (con 252 confirmadas) y las víctimas, a un total de 22. En todo caso, a principios de la década, estas infecciones rondaban el medio centenar al año.

Para una información más pormenorizada hay que acudir al análisis que realiza el Sergas. Este no se corresponde con el año natural, sino que sitúa el inicio de temporada al

principio del mes de octubre, en la semana 41 y la finaliza el mismo mes del año siguiente, en la semana 40, es decir, funciona de forma parecida a la gripe. Conforme a los datos recopilados por la Consellería de Sanidade, entre el 9 de octubre del pasado año y agosto del actual se habrían registrado 26 casos en Galicia -24 de ellos se habrían producido este año, aunque seis estarían sin confirmar- y la mayor parte -once- han afectado a personas mayores de 65 años.

Aunque también se dieron un total de 6 infecciones en niños menores de 9 años, el Sergas sitúa los cuatro falle-

cimientos relacionados con la dolencia durante la actual temporada en el grupo de los jubilados. En relación al serogrupo detectado en general, el preponderante es el B, aunque el responsable de los decesos entre los mayores sería el W -en dos casos; en otros dos no consta serogrupo porque es desconocido o no se ha confirmado-.

El serogrupo B, el que más se repite, es el que trajo a numerosos progenitores gallegos de cabeza hace varios años, antes de que la inmunización a bebés fuera incluida en el calendario de vacunación infantil y sufragada con fondos públicos. Los padres gallegos acudieron primero a farmacias portuguesas, hasta que se autorizó la comercialización de la inyección en farmacias de España, y la vacuna registró después problemas de desabastecimiento. Finalmente, a partir de noviembre de 2022, el Sergas la incorporó de forma sistemática al calendario de vacunación.



# Galicia suma una veintena de casos de meningitis y dos fallecidos por esa dolencia en lo que va de año

## El ritmo de infecciones se mantiene durante este ejercicio después de que en 2023 las notificaciones sextuplicaran el dato de 2022

C. VILLAR  
SANTIAGO

Cada año, en todo el planeta, la meningitis afecta a alrededor de 2,5 millones de personas y provoca unas 300.000 muertes, "a pesar de que en muchos casos se podrían prevenir mediante la vacunación". Es el aviso que lanzaba hace tres días, coincidiendo con el Día Mundial contra la Meningitis, la Sociedad Española de Neurología. Sus expertos advertían, además, que la incidencia de la enfermedad se elevó un 13 por ciento en España en el último año y Galicia también ha visto engordar las cifras. Tras un retroceso continuo desde 2019, de 2022 a 2023 se produjo un salto, al pasar de 4 casos de enfermedad meningocócica registrados a 25 —seis veces más—, según datos del Instituto Galego de Estadística (IGE).

Según la información que recopiló este año el Centro Nacional de Epidemiología del Instituto Carlos III, no es previsible que ese repunte se limite a 2023, dado que si el año pasado se informaba de una infección cada 14 días de media, este ejercicio la media sería de una cada once días. Desde el 1 de enero hasta el 22 de septiembre, la fecha más reciente a la que permite remitirse su boletín, refleja que Galicia ha notificado a la red de vigilancia epidemiológica un total de 21 casos (19 confirmados) y dos defunciones.

Galicia no es la comunidad más afectada. En autonomías como Andalucía se contabilizaron 48 casos en lo que va de año, 40 en Madrid y 27 en Cataluña, aunque su población es mayor. Incluso el País Vasco, con me-



Un niño recibe una vacuna. // L.O.

nos vecinos, ha dado cuenta de más casos (24) que las autoridades sanitarias gallegas. En todo el Estado, las infecciones acumuladas hasta finales de septiembre ascienden a 260 (con 252 confirmadas) y las víctimas, a un total de 22. En todo caso, a principios de la década, estas infecciones rondaban el medio centenar al año.

Para una información más pormenorizada hay que acudir al análisis que realiza el Sergas. Este no se corresponde con el año natural, sino

que sitúa el inicio de temporada al principio del mes de octubre, en la semana 41 y la finaliza el mismo mes del año siguiente, en la semana 40, es decir, funciona de forma parecida a la gripe. Conforme a los datos recopilados por la Consellería de Sanidade, entre el 9 de octubre del pasado año y agosto del actual se habrían registrado 26 casos en Galicia —24 de ellos se habrían producido este año, aunque seis estarían sin confirmar— y la mayor parte —once— han afec-

tado a personas mayores de 65 años. Aunque también se dieron un total de 6 infecciones en niños menores de 9 años, el Sergas sitúa los cuatro fallecimientos relacionados con la dolencia durante la actual temporada en el grupo de los jubilados. En relación al serogrupo detectado en general, el preponderante es el B, aunque el responsable de los decesos entre los mayores sería el W —en dos casos; en otros dos no consta serogrupo porque es desconocido o no se ha confirmado—.

El serogrupo B, el que más se repite, es el que trajo a numerosos progenitores gallegos de cabeza hace varios años, antes de que la inmunización a bebés fuera incluida en el calendario de vacunación infantil y sufragada con fondos públicos. Los padres gallegos acudieron primero a farmacias portuguesas, hasta que se autorizó la comercialización de la inyección en farmacias de España, y la vacuna registró después problemas de desabastecimiento. Finalmente, a partir de noviembre de 2022, el Sergas la incorporó de forma sistemática al calendario de vacunación.

Este verano la Xunta autorizaba la compra de 46.000 dosis de Bexsero, la vacuna contra el serotipo B, por 2,77 millones de euros para inmunizar entre 2024 y 2025 a la población gallega susceptible de recibir esta vacuna: niños y niñas a los 2,4 y 12 meses de edad y grupos de riesgo. Hace ahora un año el Ejecutivo gallego estrenaba asimismo el nuevo "Calendario de inmunización a lo largo de toda la vida" y una de las novedades que incorporaba era la vacunación frente a la meningitis con cuatro serotipos (A, C, W e Y) a los 4 meses, 12 meses y 12 años.

Además, en mayo la Xunta anunció que recaptaría a 14.850 bebés nacidos en 2022 para protegerlos frente a la enfermedad neumocócica invasora con la inyección 20-valente, que hasta entonces se aplicaba en grupos de riesgo y en 65 o más años. Aseguró entonces que el 60% de casos de enfermedad neumocócica invasora, incluyendo las formas más graves, como la sepsis y la meningitis, se deben a serotipos presentes en la nueva vacuna.



10 Octubre, 2024

**Neurologia**

Els contagis van començar a baixar el 2017 amb l'ampliació del calendari de vacunació, però hi ha hagut un repunt en els dos últims anys.

# Alerten que **els casos de meningitis** han crescut un 13% a l'Estat

Marc Martí

PATRICIA MARTÍN  
 Madrid

La meningitis continua sent la primera causa d'infecció greu en nens i adolescents. I en algunes situacions pot ser «devastadora», segons va alertar la Societat Espanyola de Neurologia (SEN) amb motiu de la celebració, el 5 d'octubre, del Dia Mundial contra la Meningitis, efemèride impulsada per l'OMS com a part de l'estratègia per derrotar la malaltia el 2030.

L'Organització Mundial de la Salut calcula que la meningitis, que causa una infecció de les meninges, que són les membranes que cobreixen el cervell i la medul·la espinal, a causa de diferents agents, com virus i bacteris, afecta uns 2,5 milions de persones a l'any i provoca 300.000 defuncions arreu del món, ja que un 10% dels infectats acaben morint i un 30% pateixen seqüeles greus. Per això «continua sent un gran desafiament de salut pública», segons la doctora Marta Guillán, secretària del grup de neurologia crítica i intensivista de la SEN.

A Espanya cada any es detecten uns mil casos, el 10% greus. El 2017 les infeccions van iniciar un camí descendent gràcies a les millores en la prevenció i les ampliacions en el calendari de vacunació, però en els dos últims anys s'ha produït un repunt (del 10% el 2022 i del 13% el 2023) que la SEN atribueix a la relaxació de les me-



Vacuna contra la meningitis en una farmàcia en una foto d'arxiu.

sures de protecció una vegada superada la fase més dura de la pandèmia. Tot i això, el 2012 es van notificar el doble de casos i el 2016, el quàdruple respecte les xifres actuals.

No obstant, a escala mundial la previsió és que es dupliqui el nombre de casos anuals, tot i que amb una reducció de les defuncions, a conseqüència de les millores que s'han introduït en la identificació de la malaltia, la prevenció i el tractament. Però pot produir-se un augment de persones amb seqüeles, perquè la meningitis pot provocar pèrdua d'audició, discapacitat visual i física i disfuncions cognitives, a les quals s'ha de sumar l'afectació a nivell mental del pacient i dels familiars.

De fet, un recent estudi realitzat per l'Associació Espanyola contra la Meningitis estimava que la càrrega econòmica de la malaltia suposava, de mitjana, més d'11.000 euros per pacient i any.

La meningitis d'origen bacterià és la més perillosa, i es calcula que al voltant del 20% de la població pot ser portadora d'alguna soca. La majoria no tenen símptomes, però sí que poden transmetre el bacteri a altres persones més vulnerables a través de la saliva o bé de les secrecions respiratòries.

El problema afegit és que els primers símptomes es confonen amb els processos infecciosos comuns. En aquest sentit, cal consultar davant l'aparició dels primers símptomes. ■



BIENESTAR

TANTO LA PASIFLORA como la melisa son ingredientes muy comunes en infusiones, aunque también se puede encontrar en otros formatos con un mayor porcentaje para aumentar su efectividad.

## UNA AYUDA NATURAL PARA **DORMIR A PIERNA SUELTA**

**Los problemas de sueño son ya una de las principales causas de consulta médica y, la medicación, la primera solución a la que acuden muchos especialistas, aunque no sea lo más recomendable.** Pero los fármacos no son el único remedio del que disponemos para lograr un sueño de calidad. Los medios naturales son altamente efectivos y con una menor carga de efectos secundarios. Conocerlos es el primer paso. **POR INMA COCA**

**S**egún datos publicados por la Sociedad Española de Neurología, el 48 % de la población adulta española y el 25 % de la población infantil no tiene un sueño de calidad. Y lo más alarmante es que estas cifras no han dejado de aumentar en los últimos años, afectando ya a todos los grupos de población.

Una mala noche o una racha en la que puede costar más conciliar el sueño suele estar dentro de lo normal. El problema llega cuando esto se vuelve crónico y afecta negativa-

mente a la calidad de vida de quien los sufre.

Problemas laborales o personales, así como el cuidado de niños o de mayores, son situaciones por las que todo el mundo pasa en algún momento de su vida y, por lo general, se supera sin mayor repercusión. Pero cuando estas noches en vela o los despertares de madrugada se vuelven algo habitual, es cuando hay que pedir ayuda y consultar con un especialista.

Se estima que una persona adulta necesita entre 7 y 8 horas de sueño para restaurar las funciones del orga-

nismo. La falta de sueño está íntimamente relacionada con enfermedades crónicas como la hipertensión o diabetes, así como la obesidad o la depresión. Motivos más que de peso para buscar un remedio.

### **MOSCAS A CAÑONAZOS**

España es el primer país del mundo en consumo de tranquilizantes (ansiolíticos, hipnóticos y sedantes). Entre las muchas explicaciones que barajan los expertos para explicar esta situación está la falta de personal sanitario en este campo. Así, lo



9 Octubre, 2024

## LA ASHWAGANDHA ES UNA DE LAS MÁS DEMANDADAS EN LA ACTUALIDAD GRACIAS A SUS PROPIEDADES PARA REDUCIR EL ESTRÉS, LO QUE FAVORECE A SU VEZ EL DESCANSO.

más sencillo para el médico de cabecera es recetar uno de estos fármacos para ayudar a dormir. Pastillas que, además, son baratas. Esto no deja de ser un parche rápido y un mal que no deja de aumentar. Y es que, el gran problema de estos fármacos es que son altamente adictivos, por lo que su uso debe ser controlado y puntual.

### NUEVOS HÁBITOS

Antes de recurrir a la famosa "pastilla para dormir" es conveniente cambiar algunos hábitos. Revisar el contenido de la cena y evitar comidas copiosas, cumplir unos horarios para instalar una rutina. Asegurarse de que las condiciones sean favorables, como la temperatura, una cama cómoda, evitar ruidos fuertes o luces molestas, son algunos pequeños gestos que nos pueden ayudar y mucho.

Por otro lado, antes de dar el paso y automedicarse o consumir fármacos potentes, es conveniente apostar por remedios naturales. Existen muchas plantas cuyas propiedades nos ayudan a relajarnos y conciliar el sueño de forma más sencilla. Conocer cuáles son esos recursos naturales es vital para saber qué es lo que más conviene en cada momento.



### LA EXPERTA

**JÚLIA PIJOAN.**  
 Bioquímica especializada en marketing.  
 Product manager de Kneipp.  
[www.kneipp.com](http://www.kneipp.com)

## UN SUEÑO NATURAL

Júlia Pijoan, bioquímica especializada en marketing y product manager de Kneipp, nos ayuda a realizar un repaso entre los diferentes activos como hierbas medicinales y extractos de plantas naturales que contribuyen a una mejor conciliación del sueño, y a que este sea profundo y reparador. Estas son una apuesta segura.

- **Pasiflora.** Una planta conocida por sus propiedades relajantes y sedantes, tradicionalmente atribuida al alivio del estrés, ansiedad y mejora de la calidad del sueño. Contiene principalmente flavonoides que actúan sobre el sistema nervioso central, reduciendo la actividad neuronal, lo que ayuda a conseguir un estado de relajación óptimo para contribuir a mejorar tanto la eficiencia del sueño como a reducir el despertar tras el inicio del sueño.
- **Amapola de California.** Una de las flores más reconocidas por sus propiedades sedantes y tranquilizantes. Se recomienda su uso para el alivio de los síntomas leves de estrés mental y para ayudar a dormir, ya que contribuye a la inducción del sueño y a que este sea de calidad, gracias a los alcaloides hipnóticos que actúan sobre el sistema nervioso central, ayudando a relajarnos y a descansar más y mejor.
- **Melisa.** Una hierba perenne de la familia de las lamiáceas reconocida por sus propiedades relajantes. Esta planta es rica en compuestos polifenólicos y flavonoides, los cuales tienen propiedades relajantes, calmantes, analgésicas y antioxidantes. Esta joya de la naturaleza se usa para aliviar los síntomas de estrés

mental como intranquilidad e irritabilidad y para facilitar el sueño.

- **Lavanda.** Se trata de una planta con efectos relajantes y sedantes para aliviar los síntomas leves de estrés mental y agotamiento y para ayudar a dormir. Su aroma proporciona una sensación de relajación para ayudar a reducir la tensión.
- **Ashwagandha:** es una planta conocida por sus propiedades adaptógenas y antiinflamatorias, utilizada tradicionalmente para reducir el estrés, la astenia y la ansiedad. También se usa para mejorar la calidad del sueño al promover un estado de calma y equilibrio en el sistema nervioso central. Además, aumenta la resistencia física y mental, regula los niveles de cortisol y apoya la función cognitiva, contribuyendo a un bienestar general.

### UN EXTRA

Seguro que has visto multitud de productos para dormir con melatonina como principal ingrediente. Pero ¿qué es? Se trata de una hormona que produce nuestro cuerpo para ayudar a regular el ciclo de sueño y vigilia. Su secreción está directamente relacionada con la luminosidad: aumenta en condiciones de oscuridad, lo que induce el sueño, y disminuye con la luz, ayudando a mantenernos despiertos. Esta hormona también puede ser administrada de manera exógena (por ejemplo, en complementos alimenticios). La EFSA (Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria) la recomienda para disminuir el tiempo necesario para conciliar el sueño y para aliviar la sensación subjetiva de desfase horario (*jet lag*).



**Arkosueño.**  
 Cápsulas con melatonina,  
 Arko Pharma (10,53 €).

**Ashwagandha.**  
 Cápsulas vegetales,  
 Solgar (21,50 €).

**Ashwagandha Gummies.**  
 WeightWorld (30 €).

**Sueño Complet.**  
 Spray sublingual  
 Kneipp (11,95 €).