

Día Mundial del Alzheimer: entre el dolor y las reivindicaciones

Este sábado se conmemora mundialmente esta enfermedad que representa más del 60 % de los casos de demencia en España. Las asociaciones temen que se convierta «en una pandemia estructural en el medio plazo»

Ester Medina | 21 de Septiembre de 2024



Jesusa atiende a *Alfa y Omega* con el corazón aún en un puño. Su marido, José Manuel, murió hace poco más de un mes y aún se emociona al hablar de él. «Yo le daba órdenes sencillitas y no era capaz de recordarlas. Cuando terminábamos de comer, se volvía a sentar a la mesa porque se le había olvidado», relata. José Manuel llevaba 13 años con un deterioro cognitivo muy importante que poco a poco se fue agravando. Ella, con mucho dolor, contradicciones y silencio, trataba de entender la enfermedad.

Este matrimonio es solo un ejemplo de las más de 800.000 personas que según la Sociedad Española de Neurología padecen alzhéimer en España, cuyo día mundial se celebra este sábado. La enfermedad registra aproximadamente 40.000 nuevos casos cada año; entre entre los más leves el 80 % quedan sin diagnosticar.

La Confederación Española de Alzheimer y otras Demencias conmemoran esta jornada bajo el lema *Somos específic@s*, con el que reivindican la singularidad y especificidad de la demencia. «Esta condición requiere ser atendida y abordada de manera específica, huyendo de fórmulas generalistas o “cajón de sastre” empleadas de manera habitual y que se han limitado a poner parches en las necesidades de las personas, no siendo capaces de ofrecer la solución específica y concreta que precisan», explican desde la confederación.

Una de esas demandas pretende fomentar que la Ley de Dependencia preste una atención especial y diferenciada al colectivo de enfermos de alzhéimer, que representa más del 60 %

de los casos de demencia en España. Reivindican también que los recursos se dirijan «a la promoción de la autonomía personal para los casos en fases tempranas; hasta la atención a la dependencia, cuando la demencia se encuentra ya en fases avanzadas».

Además, la asociación va más allá y apunta a que «los datos que baraja la Organización Mundial de la Salud vaticinan que el **alzheimer** y otros tipos de demencia van camino de convertirse en una pandemia estructural en el medio plazo», ya que se prevé que en el año 2050 la cifra de afectados podría triplicarse.

Sin embargo, las exigencias de mejora que plantean las organizaciones de afectados no solo son relativas al tratamiento de la enfermedad, sino también al cuidado de las personas que atienden a los pacientes. Jesusa es una de ellas y asegura que al principio le costó mucho aceptar la enfermedad de su marido. Lo empezó a entender cuando él ingresó como interno en el Centro San Juan de Dios de Ciempozuelos. «Allí vi que había más personas como él y no era el único», relata. Fue en ese centro especializado donde pudo contar con cuidados específicos y adaptados.

La confederación hace hincapié en «el impacto emocional y económico que estas patologías tienen sobre las familias cuidadoras». Por ello, subraya la urgencia de incrementar la financiación para desarrollar líneas de investigación de máximo alcance.

alzheimer/), el neurólogo Juan Fortea quien confía en que la EMA revierta esta decisión que no solo ayudaría al 10-15% de enfermos con alzhéimer, también serviría de catalizador para cambiar el sistema. «En España no hemos hecho los deberes y en muchos sitios no hay neuropsicólogos ni biomarcadores que corroboren la presencia de la proteína amiloide que se acumula en el cerebro de los pacientes con alzhéimer. No podemos

quedar atrás en el desarrollo de fármacos», señala. «Es una decisión que comparto, pero los nuevos fármacos contra el alzheimer en fase leve no llegan a los pacientes españoles». El artículo fue publicado en el blog de 20 minutos el 20 de septiembre de 2023. El autor es el Dr. Juan Fortea, neurólogo de la Universidad de Barcelona (https://www.20minutos.es/minuteca/barcelona/) y ha sido galardonado por la Sociedad Española de Neurología (SEN) por su investigación en esta enfermedad, afirma que estos fármacos ya se prescriben en Estados Unidos, Reino Unido, Japón, China, Israel, Corea y Emiratos Árabes, por lo que el hecho de que la EMA se sitúe en contra «deja atrás a los pacientes europeos».

«Es una decisión que no comparto ni termino de entender»,

» Leer más (https://www.20minutos.es/salud/nuevos-farmacos-contr-alzheimer-fase-leve-no-llegan-pacientes-espana-5635991/)

www.ortopediasilvio.com NOTICIAS DE 20MINUTOS.ES (HTTPS://

blog/descubren-como-se-forman-las-arrugas-no-solo-tienes-en-la-piel-tambien-en-el-cerebro-y-el-estomago (https://www.ortopediasilvio.com/blog/descubren-como-se-forman-las-arrugas-no-tambien-en-el-cerebro-y-solo-tienes-en-la-niel-tambien-en-el-cerebro-v-el-estomago/)



Descubren cómo se forman las arrugas: no solo tienes en la piel, también en el cerebro y el estómago (https://www.ortopediasilvio.com/blog/descubren-como-se-forman-las-arrugas-no-tambien-en-el-cerebro-y-solo-tienes-en-la-niel-tambien-en-el-cerebro-v-el-estomago/)

NOTICIAS DE 20MINUTOS.ES (HTTPS:// WWW.ORTOPEDIASILVIO.COM/BLOG/CATEGORY/TRIBUNAJAJENA/NOTICIAS-DE-20MINUTOS-ES/)

www.ortopediasilvio.com

blog/algunas-personas-con-alzheimer-no-muestran-sintomas-cual-es-el-motivo/)

Algunas personas con alzhéimer no muestran síntomas: ¿cuál es el motivo? (https://www.ortopediasilvio.com/blog/algunas-personas-con-alzheimer-no-muestran-sintomas-cual-es-el-motivo/)



con-alzheimer-no-muestran-sintomas-cual-es-el-motivo/)

Related posts



Test en sangre y medicina de precisión cambian "de la noche a la mañana" la detección del alzhéimer

El neurólogo Pascual Sánchez explica los avances en el diagnóstico del alzhéimer, cada vez más preciso y ligado a tratamientos específicos



Dr. Pascual Sánchez, Secretario del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la SEN habla sobre avances en alzhéimer. (Foto: Archivo/Montaje ConSalud)



ITZIAR PINTADO

21 SEPTIEMBRE 2024 | 11:00 H



Archivado en:

ALZHEIMER · SEN

Cinco signos de alarma de la narcolepsia y posibles riesgos para la salud

Bienestar

✔ Fact Checked

La narcolepsia va más allá de tener sueño durante el día o quedarse dormir en cualquier lugar. Ese puede ser el primer síntoma pero existen otros. Acudir al médico es clave para mejorar la calidad de vida y evitar otras enfermedades

Actualizado a: Domingo, 22 Septiembre, 2024 00:00:00 CEST



El primer síntoma de la narcolepsia que se presenta suele ser el exceso de sueño durante el día(Foto:Alamy/Cordonpress)



Isabel Gallardo Ponce

La **narcolepsia** es un trastorno del sueño que se caracteriza por una **excesiva somnolencia diurna** y que se acompaña de episodios de sueño incontrolable. Según la **Asociación Española de Narcolepsia e Hipersomnias Centrales**, las causas de esta enfermedad son desconocidas, aunque tiene cierto **componente genético**. Sin embargo, “cada vez cobra más fuerza la posibilidad de que se deba a una reacción autoinmune”.

Según datos de la **Sociedad Española de Neurología** (SEN), en España **25.000**

X

personas tienen narcolepsia. A pesar de que los síntomas más frecuentes de esta patología son bastante identificativos, se estima que hasta un 60% de la población española y hasta un 85% de la población mundial no ha recibido un diagnóstico. El retraso diagnóstico habitual es de entre 8 a 15 años.

Síntomas de la narcolepsia

Aunque la narcolepsia puede aparecer en cualquier momento de la vida lo más habitual es que lo haga en la **adolescencia o en la juventud**, con un pico de incidencia entre los 15 y los 36 años. Sus principales, y algunos llamativos, síntomas son los siguientes:

- **Exceso de sueño diurno.** Según explican desde la asociación de pacientes, los ataques de sueño aparecen varias veces al día en actividades monótonas y sedentarias, como ver la televisión, estudiar, en el cine...
- **Cataplejas:** Según explica **Ana Fernández Arcos**, coordinadora del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la Sociedad Española de Neurología, este síntoma produce una pérdida repentina del tono muscular, generalmente desencadenada al experimentar emociones fuertes como la risa, la sorpresa o el enfado y que puede manifestarse bien como una debilidad muscular leve hasta una pérdida total del control muscular, provocando caídas.
- **Parálisis del sueño:** Ocurren al iniciar o finalizar el sueño y la persona no puede moverse o hablar, ocurre precisamente en la transición entre el sueño y el despertar.
- **Alucinaciones**, que suelen ser de carácter visual u olfativo.
- **Sueño nocturno fragmentado.**

“Los pacientes pueden presentar además, **problemas de concentración, alteraciones de la memoria, conductas automáticas y visión borrosa.** Por otra parte, también es común que, por la noche, el sueño sea insatisfactorio con múltiples despertares y sean frecuentes las pesadillas”, explica Fernández.

¿Por qué se diagnostica tarde?

Lo habitual es que la narcolepsia comience a dar la cara con sueño durante el día; puesto que aparece en la adolescencia o la primera juventud **se tiende a pensar que ese sueño diurno se debe a las hormonas, al estilo de vida...** Y no es hasta que los síntomas progresan o se desarrollan otros más llamativos, como la cataplejía o los ataques de sueño repentinos, **no se suele consultar.**



“A menudo, las personas que lo sufren pueden **haber normalizado y adaptado su actividad a esa somnolencia excesiva y mal descanso nocturno**. Por eso es tan importante su entorno, ya que a menudo se achacan esos síntomas a ‘ser un dormilón’ o ‘ser vago’, sin pensar que puede tratarse de un cuadro neurológico perfectamente reconocible”, comenta Fernández Arcos.

Factores de riesgo

No se trata sólo de que la narcolepsia afecte al sueño, sino que también se relaciona con **más riesgo de hipertensión, diabetes, colesterol, migrañas**. Además, las personas el 60% de las personas con narcolepsia tienen un **segundo trastorno del sueño**, un 20% padece **trastornos alimentarios** y triplican en prevalencia a la población general en lo que se refiere a los trastornos del ánimo.

Por otro lado, y según datos de la SEN, hasta un **60% sufre pesadillas, parálisis del sueño o alucinaciones y hasta el 70% tiene conductas disruptivas durante el sueño**. Esta falta de descanso provoca que se produzcan **alteraciones cognitivas** como dificultades atencionales y de la toma de decisiones y dificultades en las funciones ejecutivas. Se trata, por tanto, de una enfermedad que puede **limitar mucho la vida** de quien la sufre, y por eso Fernández añade que “existen tratamientos que pueden ayudar a manejar los síntomas y a mejorar la calidad de vida”.

Tipos de narcolepsia

Existen dos tipos de narcolepsia: la tipo 1 y la tipo 2. La tipo 1, según datos de la Asociación Española de Narcolepsia e Hipersomnias Centrales, se produce por una

X

deficiencia de hipocretina en el líquido cefalorraquídeo. En este tipo es imprescindible que se produzcan cataplejias, mientras que el tipo 2 mantiene los niveles de hipocretina y no padece cataplejias.

Bibliografía

- Orphanet. **Narcolepsia tipo 1.**
- **Comunicado sobre la narcolepsia.** Sociedad Española de Neurología (2023)

Te recomendamos

Enlaces promovidos por Taboola

Soy cardiólogo y esto es lo que recomiendo para bajar el colesterol

Cuídate Plus

Los riesgos de ser padre a los 50: el curioso caso de Fran Rivera

Cuídate Plus

Elena Soria, médico nutricionista: "La cúrcuma y la papaya ayudan a combatir las manchas de la piel"

Telva

El alimento que no falta en la dieta de la reina Letizia para una piel radiante a sus 52

Telva

El mejor científico: si alguien tiene tinnitus (pitidos en los oídos), que haga esto

Audicil

Uñas bien cuidadas

Esmalte de uñas | Enlaces Publicitarios

Ver oferta

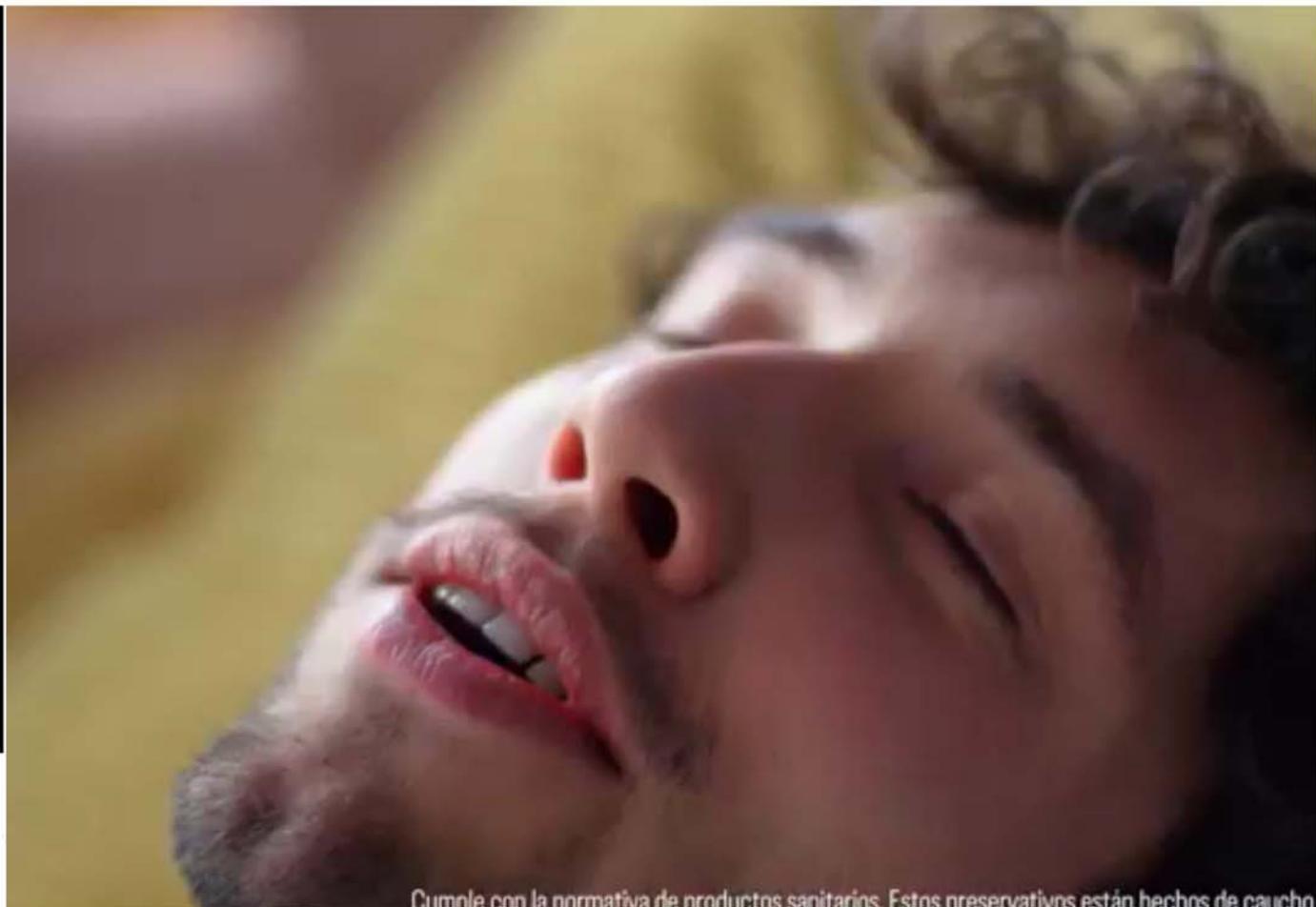
Noticias

relacionadas

▪

Lo que se dice

X



Cumple con la normativa de productos sanitarios. Estos preservativos están hechos de caucho

0:15 Publicidad

el año pasado

La Dra. Sara Aguilar nos habló de riesgos descritos en publicaciones serias que han demostrado que si modificamos los factores de riesgo se puede prevenir el Alzheimer hasta en un 40%.

Category

 Lifestyle

[Mostrar menos](#)

Simpósio: Aspectos claves de la respuesta inflamatoria en enfermedades infecciosas y no...

 Su Medico



¿Las emociones pueden causar cáncer? La

LUNES, 23 DE SEPTIEMBRE DE 2024 · 09:57h.



dclm.es
diariodecastillalamancha

POLÍTICA

ECONOMÍA

SOCIEDAD

SUCESOS

AGRICULTURA

DEPORTES

CULTURA

DCLM.ES · CASTILLA-LA MANCHA · CIENCIA Y TECNOLOGÍA

SALUD. El diagnóstico de esclerosis múltiple avanza con nuevas pruebas más precisas para tratar precozmente

Últimas noticias sobre salud.



22.09.2024 Ciencia y Tecnología en Castilla-La Mancha

Compartir

Post

WhatsApp

El diagnóstico de esclerosis múltiple avanza con nuevas pruebas más precisas para tratar precozmente

Actualmente, el diagnóstico de esclerosis múltiple (EM)

LA VENTANA DE CLM



LO MAS IMPACTANTE DE SEPTIEMBRE. A juicio un funcionario por vengarse de una examiga en cuyo nombre presentó el IRPF para que pagara 4.000 euros

01.09.2024

LO MÁS IMPACTANTE DE AGOSTO: Aumentan a 86 las tortugas boba nacidas en el nido de la playa de la Savinosa de Tarragona

31.07.2024

LO MÁS IMPACTANTE DE JULIO: La humanidad ha consumido los recursos naturales del planeta para 2024 en poco más de 200 días

puede ser tardío e in LUNES, 23 DE SEPTIEMBRE DE 2024 · 09:57h.

conocer, y, en la may

tratar la enfermedad hasta que no se tienen los primeros brotes o síntomas claros, pero ahora los neurólogos de todo el mundo han actualizado los criterios diagnósticos de la enfermedad incluyendo nuevas pruebas y teniendo en cuenta a los pacientes mayores que tienen otras comorbilidades asociadas, un hito que hará que estos pacientes puedan ser tratados incluso antes de presentar síntomas de la enfermedad.

Estas nuevas indicaciones, que se han presentado durante el Congreso del Comité Europeo para el Tratamiento y la Investigación de la Esclerosis Múltiple (ECTRIMS, por sus siglas en inglés) celebrado esta semana en Copenhague (Dinamarca), han sido elaboradas por 56 expertos de los cinco continentes que forman parte del Clinical Trials Comitee.

La esclerosis múltiple afecta actualmente a más de 50.000 personas en España, la mayoría mujeres, y no todos los pacientes tienen los mismos síntomas ya que se le conoce como la enfermedad 'de las mil caras', y este aspecto hace aún más difícil su diagnóstico y tratamiento temprano ya que, en ocasiones, hay personas que tienen la enfermedad pero no han presentado síntomas ni brotes y, por ello, no se comienzan a tratar de forma precoz, un hecho que podría ralentizar la progresión de la enfermedad y mejorar su calidad de vida, sobre todo en los pacientes mayores de 50 años.

"Los nuevos criterios son importantes porque nos van a ayudar a diagnosticar nuevos pacientes que antes estaban 'en el limbo'. Y va a hacer que haya menos diagnósticos erróneos ya que se han añadido pruebas nuevas como la 'quinta localización', que es el nervio óptico y se suma a las cuatro ya existentes: la médula, y dentro del cerebro: periventricular, yustacordical e infratentorial", según ha explicado la jefa de sección de Neurología del Hospital Clínico San Carlos de Madrid, la doctora Celia Oreja-Guevara, en una entrevista con Europa Press en el Congreso ECTRIMS.



OBSERVADOR



Page, en el laberinto



Este lunes en Castilla la Mancha: cielos poco nubosos y temperaturas sin cambios significativos.

Las temperaturas oscilarán entre 13 y 24 grados en Albacete, 14 y 24 en Ciudad Real, 11 y 23 en Cuenca, 11 y 24 grados en Guadalajara y 14 y 26 en Toledo.



BONOLOTO Y EL GORDO DE LA PRIMITIVA

Combinación ganadora en el sorteo

Con respecto a esta ' señalado que, hasta inflamación, pero esta "no se contaba como un criterio". "Un paciente que tiene una neuritis óptica antes no contaba y ahora vamos a tener en cuenta lo que tenga en el nervio óptico, y podemos diagnosticar más fácilmente porque podemos usar la patología del ojo para diagnosticar la esclerosis. Eso es una de las cosas más importantes", ha declarado.

"Antes un paciente con visión borrosa y solo dos lesiones en resonancia oficialmente no tiene una esclerosis múltiple, aunque la tuviera. Entonces esto va a permitir que podamos diagnosticar antes a todos esos pacientes porque van a cumplir los criterios antes", ha afirmado.

Entre los nuevos criterios también se han añadido nuevas lesiones en resonancia, concretamente el "signo de la vena central". "Vamos a buscar en la resonancia algo más porque han visto que las lesiones de esclerosis pasan por medio de la vena central. Entonces, para asegurarte que tienes una esclerosis, tienes que tener seis lesiones con vena central. Si tú tienes seis lesiones con vena central y tienes los síntomas, entonces vas a tener una esclerosis", ha explicado.

Una de las pruebas más precisas para detectar la esclerosis múltiple es la punción lumbar pero, según ha señalado la doctora Oreja-Guevara, esta prueba no se realiza en todos los países ni hospitales o se hace bien. Por ello, se ha buscado un nuevo test que es "el índice Kappa, que se hace en prácticamente todos los países del mundo y en todos los laboratorios del mundo, en todos los hospitales, con lo cual ahora todo el mundo va a poder hacer la punción lumbar, todo el mundo va a poder tener este resultado".

¿POR QUÉ CADA VEZ HAY MÁS PACIENTES MAYORES DE 50 AÑOS?

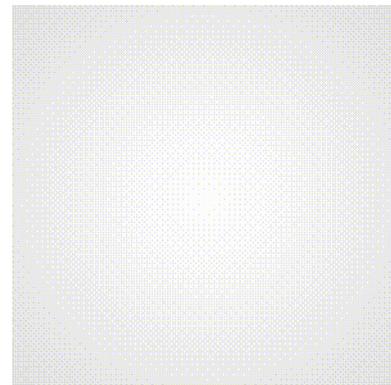
La esclerosis múltiple se diagnóstica generalmente a edades tempranas, entre los 20 y los 40 años, pero actualmente la edad promedio de las personas que tienen EM ha aumentado por dos razones principales: el

LUNES, 23 DE SEPTIEMBRE DE 2024 · 09:57h.



lomingo, 22 de
embre.

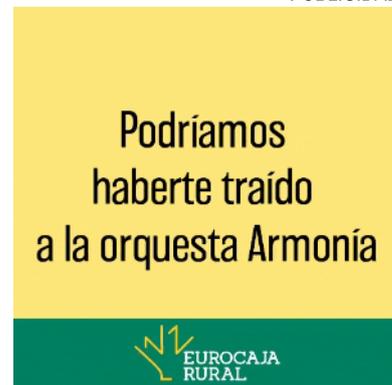
PUBLICIDAD



Albares participa en la Asamblea General de las Naciones Unidas

La situación en Ucrania, el conflicto en Oriente Medio, la política exterior feminista e Iberoamérica serán temas centrales en su agenda

PUBLICIDAD



LO ÚLTIMO / LO MÁS

aumento de la esper
tratamientos dispon
las pruebas diagnósticas llegando a tener nuevos
diagnósticos a los 50 años de edad.

LUNES, 23 DE SEPTIEMBRE DE 2024 · 09:57h.



q 20

ienza la venta de viajes
del Imerso para la
temporada 2024/2025

Albares participa en la
Asamblea General de las
Naciones Unidas

El 1% de la población más
rica posee mayor riqueza
que el 95% de la población
mundial

BONOLOTO Y EL GORDO DE
LA PRIMITIVA

LO MAS IMPACTANTE DE
SEPTIEMBRE. A juicio un
funcionario por vengarse
de una examiga en cuyo
nombre presentó el IRPF
para que pagara 4.000
euros

Tita García: "a Gregorio solo
le gusta la foto y el titular"

Este lunes en Castilla la
Mancha: cielos poco
nubosos y temperaturas sin
cambios significativos.

"PP+Vox no convocan el
'Plan de Obras
Extraordinario de
Diputación"

Cedillo se muestra
satisfecha de la mejora de
los servicios e
infraestructuras de los
municipios gracias a la
ayuda de la Diputación de
Toledo

Agudo lamenta que el PSOE
de Page siga traicionando a
la región avalando y
mostrando su apoyo
incuestionable e inequívoco
a Pedro Sánchez

Según ha explicado la doctora Celia Oreja-Guevara, el
avance de diagnósticos de EM en edades más adultas se
debe principalmente a "una mejoría en el diagnóstico, en
la técnica y en las secuencias de la resonancia
magnética". "Otra cuestión es que también nosotros
vivimos más y vivimos con mejor calidad de vida. Antes
la gente tenía otro tipo de enfermedades más pronto,
con lo cual, tener algo neurológico era lo de menos", ha
señalado.

"Los pacientes ahora llegan a una edad más mayor con
la enfermedad, hasta los 70-75 años porque el
diagnóstico es temprano y porque tenemos muchos
tratamientos, con lo cual antes un paciente de esclerosis
múltiple a los 50 ya no estaba y ahora nuestros pacientes
pueden llegar a vivir más porque los tratamientos son
más, son 16, y encima podemos tratar bien", ha
declarado.

En este contexto, las nuevas indicaciones diagnósticas
también incluyen un apartado para los pacientes
mayores de 55 con el fin de que los expertos "se
aseguren de que el diagnóstico es realmente una
esclerosis múltiple ya que puede coincidir con alguna
enfermedad cerebrovascular". "En un joven vale la
resonancia, en un paciente mayor hay que hacer además
una punción lumbar o prueba de ojos y descartar que no
sea una enfermedad cerebrovascular", ha explicado.

Por otro lado, tener más pacientes mayores dificulta las
posibilidades de tratamiento puesto que estos tienen
otras comorbilidades con tratamientos que pueden
interferir con el tratamiento de esclerosis múltiple. "Hay
tratamientos en esclerosis que pueden aumentar la
tensión, que en un paciente de 30 no pasa nada, pero de
65 ya no se lo puedes dar. Ahora tenemos en cuenta
cosas que antes no teníamos", ha añadido la neuróloga.

AVANCES EN LOS TRATAMIENTOS: MÁS ALTA



**Los cocos y los
fantasmas llegan
a Guadalajara**

EFICACIA

LUNES, 23 DE SEPTIEMBRE DE 2024 · 09:57h.



Actualmente hay diferentes tratamientos para la esclerosis múltiple, que varían en función del tipo de paciente y la progresión de su enfermedad, pero estos se dividen en tres grupos principales: los de moderada eficacia, que son orales diarios; los de alta eficacia, que también son orales y pueden ser diarios o, como la cladribina comprimidos ('Mavenclad'), que se administra solo diez días al año; y de muy alta eficacia, que son los anticuerpos monoclonales intravenosos.

En general, los tratamientos suelen ir de muy alta eficacia a moderada eficacia, pero esto depende de la situación del paciente y de su enfermedad y ahora los neurólogos están valorando la posibilidad de un tratamiento de 'desescalada', con el objetivo de que el tratamiento afecte menos a la calidad de vida del paciente y a sus comorbilidades asociadas, en el caso de pacientes mayores.

"La cladribina comprimidos es ideal para 'desescalar' en pacientes que llevan muchos años con tratamientos de muy alta eficacia que bajan mucho los linfocitos, porque solo se administra diez días al año y el paciente se recupera", ha explicado la doctora.

Así, este nuevo tratamiento se podría utilizar para tratar a pacientes que no responden a los primeros tratamientos o en pacientes mayores que tienen otras comorbilidades ya que "es difícil que interaccione con otras enfermedades y otros tratamientos al solo darse 10 días".

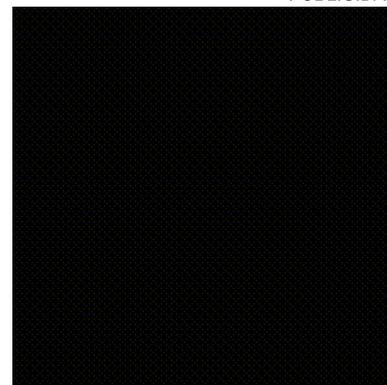
Por otro lado, se está valorando un tratamiento para ralentizar la progresión de la enfermedad, que hasta ahora no había sido posible. Este es el caso de tolebrutinib, presentado en ECTRIMS y que se trata de un inhibidor de la BTK y que ralentizaría la progresión de la enfermedad del paciente, aunque este no tenga síntomas.

Descubren cómo se forman las arrugas no sólo en la piel, sino también en el cerebro, el

oro Cocos, asma y otros
s de Castilla La Mancha será presentado en la Biblioteca Pública del Estado y la Biblioteca Municipal los días 24 y 26 de septiembre

ATRAPADOS EN LA RED**Taylor Swift y las elecciones estadounidenses**

PUBLICIDAD



RELATOS BREVES
DURANTE EL
CONFINAMIENTO



El día en que Donald Trump se

lunes, 23 de septiembre de 2024

Diario de Burgos



11°

Susíbete

Diario de Burgos



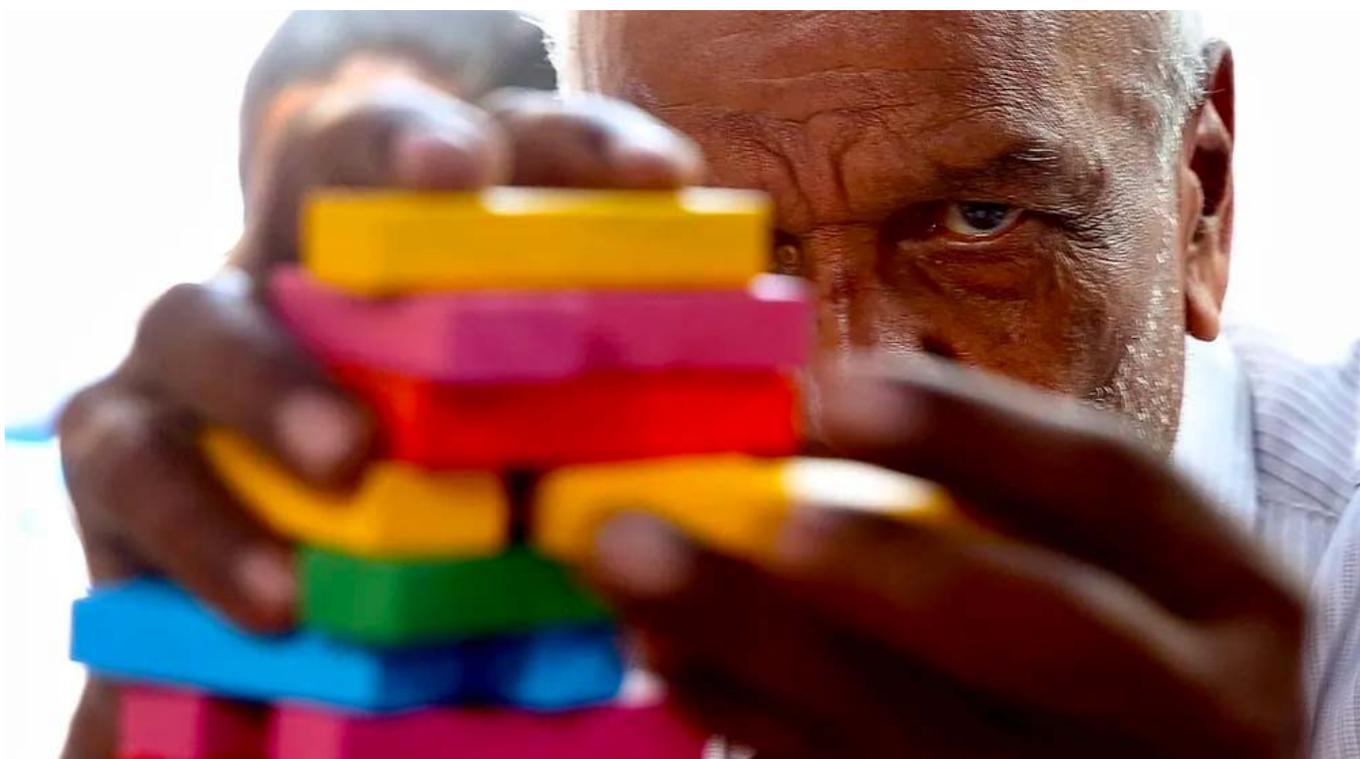
BURGOS PROVINCIA REGIÓN ESPAÑA MUNDO DEPORTES OPINIÓN PUNTO Y APARTE GALERÍAS PODCAST

SALUD

Los nuevos medicamentos contra el alzhéimer no llegan a España

Agencias - domingo, 22 de septiembre de 2024

Los neurólogos denuncian la decisión de la EMA de no autorizar dos fármacos que ya se usan en Estados Unidos para retrasar el avance de esta enfermedad degenerativa en su fase inicial



Los expertos aseguran que los novedosos tratamientos ralentizan la enfermedad hasta en un 35 por ciento. - Foto: EFE

Los neurólogos españoles están decepcionados. La última decisión de la Agencia Europea del Medicamento (EMA) de no autorizar el pasado julio los dos últimos fármacos contra el alzhéimer en fase temprana priva a los pacientes de un tratamiento de «eficacia demostrada, modesta si se quiere, pero robusta». Así lo detalla el neurólogo Juan Fortea con motivo ayer del Día Mundial contra esta



enfermedad degenerativa, quien confía en que la EMA revierta esta decisión que no solo ayudaría al 15 por ciento de enfermos sino que también serviría de catalizador para cambiar el sistema.

«En España no hemos hecho los deberes y en muchos sitios no hay neuropsicólogos ni biomarcadores que corroboren la presencia de la proteína amiloide que se acumula en el cerebro de estos pacientes. No podemos quedar atrás en el desarrollo de fármacos», señala.

Fortea, que es neurólogo en el hospital Santa Creu i Sant Pau de Barcelona y fue galardonado por la Sociedad Española de Neurología (SEN) por su investigación en esta dolencia, afirma que estos preparados ya se prescriben en Estados Unidos, el Reino Unido, Japón, China, Israel, Corea y Emiratos Árabes, por lo que el hecho de que la EMA se sitúe en contra «deja atrás a los pacientes europeos». «Es una decisión que no comparto ni termino de entender», insiste este experto, que puntualiza que se trata de una opinión «ampliamente compartida por sus colegas».

Recientemente, el comité asesor de la EMA recomendó que el fármaco lecanemab no se aprobase en la Unión Europea por considerar que el balance riesgo-beneficio es «desfavorable», a diferencia de los comités asesores de otras agencias reguladoras que apuestan por la seguridad de estos tratamientos, excluyendo a los pacientes con riesgo de complicación.

Fortea subraya que hay que ajustar las expectativas porque no se trata de fármacos que curen ni que puedan usar la mayoría de pacientes, pero es la «primera vez de la historia de la humanidad» en la que se modifica el curso de la enfermedad de una manera «clara e incontestable, cumpliendo los criterios de eficacia».

Eso hace que la enfermedad se ralentice en un 27 por ciento con lecanemab y un 35 por ciento con donanemab (aprobado en EEUU, pero no evaluado en Europa).

La coordinadora del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Raquel Sánchez, coincide con su colega en la necesidad de estos anti-amiloideos, que eliminan la proteína que se acumula en el cerebro de los enfermos.

Sorpresa

Sánchez comparte su sorpresa ante la discrepancia de riesgo-beneficio entre agencias y muestra su «preocupación» por el hecho de que no se haya aprobado en Europa. «La no aprobación por parte de la EMA deja a los pacientes de la UE sin posibilidad de recibirlos, y coloca a los centros europeos a la cola en la innovación y la investigación», señala.

El jefe de la Unidad de Trastornos Cognitivos de Lérida, Gerard Piñol, se muestra en la misma dirección: «La EMA alega que tienen efectos secundarios importantes y, esto es cierto. Sin embargo, es una enfermedad grave con un pronóstico muy malo por lo que no podemos dejar de proporcionar medicamentos útiles.

A diferencia de los fármacos actuales, que solo palián algunos síntomas como la memoria o la atención, los nuevos actúan sobre el proceso e intentan eliminar la placa amiloide.

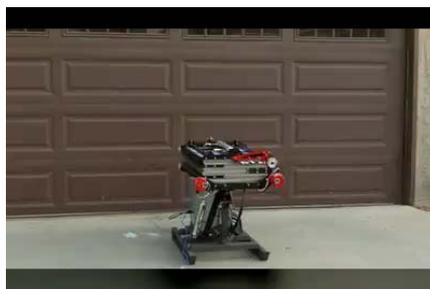
Los nuevos tratamientos empiezan a tener efectos según se elimina el amiloide (de 6 a 18 meses) y reducen un tercio la progresión de la enfermedad.



ARCHIVADO EN: Agencia Europea de Medicamentos, Enfermedades, España, Reino Unido, Estados Unidos, Alzheimer, Medicamentos, Neurología, Unión Europea, Emiratos Árabes Unidos, Barcelona, Japón, China, Israel

Contenido patrocinado

Recomendado por 



Científico dice: "Si tienes tinnitus (acúfenos), no hagas esto"

Patrocinado por [Acufenos Ayuda](#)

¿Cuánto cuesta un sistema solar portátil de 5 kW para el jardín?

Patrocinado por [Enlaces patrocinados](#)



¿Eres de Tarancón y quieres conseguir un 30% en hoteles?

Patrocinado por [Meliá](#)



Unas gafas de lectura que pueden ver de...

Patrocinado por [outfa...](#)



¿Eres de Tarancón? Ya puedes instalar...

Patrocinado por [Eveon](#)

Increíble: Calculadora muestra el valor de su casa al instante (Echa un vistazo)

Patrocinado por [Anuncios de búsqueda](#)

Cómo obtener un segundo ingreso invirtiendo 200€ en Amazon y otras

Patrocinado por [newsnesthub.pro](#)

Configure el DS 4. Diseñado para iluminar su camino.

Patrocinado por [DS4](#)

Buscamos españoles para probar gratis lo último en audífonos. ¡Apúntate ahora!

Patrocinado por [www.gaes.es](#)

PUNTO Y APARTE



Salud

DÍA MUNDIAL DEL SÍNDROME DE LAS PIERNAS INQUIETAS

Síndrome de las piernas inquietas: qué es lo que se siente y cuándo debo ir al neurólogo

Hasta un 20% de los pacientes más graves comenzaron a tener los primeros síntomas del síndrome antes de los 20 años



El 90% de los que sufren el síndrome de piernas inquietas no lo saben.

Rebeca Gil

23 SEPT 2024 3:59 Actualizada 23 SEPT 2024 3:59

 Por qué confiar en El Periódico



Un **movimiento constante de las [piernas](#) durante la noche**. Este es el síntoma que sufren muchos españoles durante sus horas de descanso. Este trastorno neurológico conocido como **enfermedad de Willis-Ekbom o [síndrome de piernas inquietas](#)** afecta, según las estimaciones de la [Sociedad Española de Neurología](#) a **casi 2 millones de personas en España**. Este lunes, 23 de septiembre, celebra su Día Mundial.

PUBLICIDAD

¿Cómo es y a qué se debe este movimiento continuo?

Noticias relacionadas

Lecanemab: así es la puerta a la esperanza para los pacientes diagnosticados con alzhéimer

Temblores esenciales: ¿Es diferente del párkinson? ¿Cuándo debería preocuparme e ir al médico?

Terapias CAR-T: la "revolución" para pacientes con cáncer de sangre, que no llega a todos

- Pues generalmente **el movimiento es la respuesta a una sensación de hormigueo, picazón o ardor** que suele aparecer durante el reposo y que se para (momentáneamente) o disminuye con el movimiento, explican [los neurólogos](#).

Estos movimientos continuos no pasan inadvertidos para el paciente, puesto que su descanso no consigue ser lo suficientemente reparador.

PUBLICIDAD

Y como explica la **doctora Celia García Malo**, Vocal del [Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la Sociedad Española de Neurología](#).

“Puesto que los síntomas de esta enfermedad suelen darse principalmente durante el descanso o por la noche, es muy común que los pacientes experimenten [dificultades para dormir](#) o relajarse, lo que puede afectar mucho la calidad de vida del paciente”,

- “No en vano, el síndrome de las piernas inquietas, además de su impacto en la calidad del [sueño](#), **suele estar asociado con ansiedad y depresión**, además de que puede tener un significativo impacto en las relaciones sociales y laborales”.

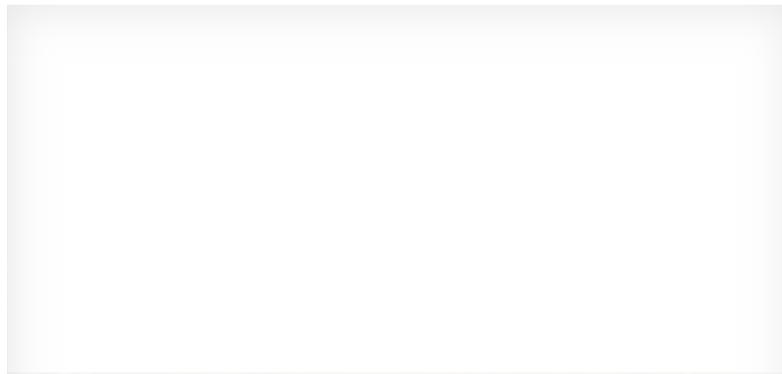


El síndrome de las piernas inquietas provoca una seria distorsión del sueño / FOTO DE NUR DEMIRBAŞ: [HTTPS://WWW.PEXELS.COM/](https://www.pexels.com/)

El 90% de los afectados no está diagnosticado

Pero, a pesar de que se trata de una **patología muy frecuente, que puede afectar hasta un 10% de la población adulta** y hasta un 4% de los niños y [adolescentes](#), el número de personas diagnosticadas de esta enfermedad es muy bajo.

PUBLICIDAD



PUBLICIDAD

Tal es la falta de diagnóstico que la SEN calcula que, **en España, hasta un 90% de las personas que lo padecen podrían estar sin diagnosticar.**

La razón es que en la gran mayoría de los casos los **síntomas son muy leves y no ocurren todas las noches**, lo que hace que el paciente no llegue a consultar con un médico.

- El problema es que **las molestias que provoca el síndrome de las piernas inquietas van aumentando a lo largo del tiempo**. Esto puede llevar a generar retrasos de más de 10 años en el diagnóstico.

Parte del problema en el retraso diagnóstico tiene que ver con “normalizar” la aparición de estas molestias y por la dificultad para acceder a un médico especialista que pueda esclarecer el diagnóstico.



Los casos más graves se inician en la infancia. / ADOBE STOCK.

Los casos más graves se inician en la infancia

Pero como comenta la doctora Celia García Malo, también hay otro hándicap en el diagnóstico:

"Ocurre sobre todo en los casos que se inician en la edad pediátrica. Como en esas edades la presencia de estas molestias en las extremidades pueden ser achacadas a dolores de crecimiento o a hiperactividad, es cuando se dan los mayores retrasos en el diagnóstico".

Y como asegura la neuróloga. "No debería ser así, porque sabemos que al menos un 25% de los pacientes comienzan a experimentar los síntomas de la enfermedad en la infancia o en la adolescencia".

- Además, son precisamente **los casos que se inician a edades tempranas los que pueden llegar a convertirse en los casos más graves.**
- Hasta un 20% de los pacientes que padecen el síndrome de piernas inquietas padecen esta enfermedad en su forma más grave y, por lo general, se da en las personas cuyos síntomas empezaron antes de los 20 años.

"En todo caso, no se trata de una enfermedad que solo debute en la infancia o en la adolescencia. Ya que, aunque puede iniciarse a cualquier edad, en general, **la gran mayoría de las personas comienzan a experimentar los síntomas a partir de los 40 años.** Además, es más común en mujeres que en hombres", señala la especialista.



síndrome de las piernas inquietas / UNSPLASH

El síndrome de piernas inquietas se puede tratar

Recuperar un descanso nocturno reparador es el objetivo de los tratamientos del síndrome de piernas inquietas. Pero para poder aplicarlos es esencial consultar con un especialista en cuanto "experimenten molestias en las piernas, sobre todo cuando ocurren con tal frecuencia que dificultan el inicio o el mantenimiento del sueño", subraya la doctora.

De esa forma, el médico podrá realizar un correcto diagnóstico, estudiar si existe alguna causa subyacente y tratar de forma adecuada el trastorno.

- "Actualmente, aproximadamente **un 25% de los pacientes que acuden a la consulta de Neurología** o a una Unidad de Sueño por problemas de **insomnio** crónico **es diagnosticado con el síndrome de piernas inquietas**", añade la experta.

Antes de determinar qué tipo de tratamiento aplicar a una enfermedad, los especialistas siempre tratan de saber cuál es su causa.



El síndrome de las piernas cansadas afecta a entre un 20 y un 30% de la población / **ADOBE STOCK**

En el caso del síndrome de las piernas inquietas aún se desconocen las causas que lo provocan, aunque se ha relacionado con:

- Factores genéticos
- Deficiencias de hierro
- Alteraciones en los niveles de dopamina en el cerebro.

Pero también puede estar asociada a ciertas enfermedades y condiciones médicas, como:

- La insuficiencia renal
- Diabetes
- Embarazo
- Neuropatías,
- Afecciones de la médula espinal
- Enfermedades como el Parkinson o la esclerosis múltiple.

“Dependiendo de si se identifica o no algún tipo de causa subyacente, variará el tratamiento. En todo caso, por lo general, el tratamiento se centrará en abordar los síntomas y mejorar la calidad del sueño”, explica la experta.

Terapia para paliar el síndrome de las piernas inquietas

Entre las terapias más utilizadas para paliar el movimiento constante de las piernas, la doctora García Malo señala como los más frecuentes:

1. "Incluir cambios en el estilo de vida, como evitar el consumo de **cafeína** y **alcohol**".
2. "Mantener una rutina regular de sueño".
3. "Hacer ejercicio y aplicar técnicas de relajación".
4. "Y en casos más graves o cuando la enfermedad interfiere significativamente con la calidad de vida, existe medicación específica para mejorar los síntomas".

Te puede interesar

ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN

Impedanciometría nutricional: la prueba para que no nos engañen las "mentiras" de la báscula

ONCOLOGÍA

Cáncer de tiroides: primeros síntomas de un tumor silencioso y frecuente en mujeres de mediana edad

UROLOGÍA

Cuál es el alimento, de consumo habitual, que puede ayudar a reducir el riesgo de cáncer de próstata



"En todo caso es importante que se realice un correcto seguimiento de la evolución de la enfermedad y de sus síntomas para tratar de que esta enfermedad no vaya a más. Ya que, cuando la enfermedad evoluciona y los pacientes sufren una forma grave de esta enfermedad, es mucho más difícil dar con una pauta de tratamiento que sea efectiva".

TEMAS

PSIQUIATRÍA

Comenta esta noticia

PUBLICIDAD

Contenido para ti

CUIDAMOS TU SALUD

¿Cómo se puede evitar el avance del alzhéimer? ¿puede llegar a prevenirse?
23-09-2024



FOTOS

Fira del llibre d'ocasió antic i modern en Barcelona | FOTOS
23-09-2024





Sociedad

Sociedad Ciencia Educación Medio ambiente Sanidad Sucesos Tiempo Elecciones Catalunya P d

ENFERMEDAD NEURODEGENERATIVA

Ofrecido por  BALLESOL

Día Mundial del Alzheimer: Ballesol lidera la atención integral y la prevención

- Las cinco residencias de Catalunya cuentan con Unidades especializadas en demencia y tratamiento individualizado
- La demencia afecta a una de cada 10 personas de más de 65 años y a un tercio de las mayores de 85



Este 21 de septiembre se celebra el Día Mundial del Alzheimer

21 SEPT 2024 7:01

 Por qué confiar en El Periódico



Cada tres segundos, una persona en el mundo desarrolla demencia, una estadística que evidencia la creciente prevalencia de esta enfermedad a nivel global. En España, **existen más de 900.000 personas con algún tipo de demencia**, siendo la enfermedad de Alzheimer la causa más común, que puede **representar entre el 60% y el 70% de los casos**. Así lo indica [un estudio elaborado por la Fundación Pasqual Maragall junto con el Observatorio del Alzheimer y las Demencias](#).

A medida que la población envejece, el número de afectados sigue aumentando, lo que plantea un desafío urgente para los sistemas de salud y la sociedad en general. De hecho, según el mismo estudio, **la demencia afecta a una de cada 10 personas de más de 65 años y a un tercio de las mayores de 85**. En este contexto, Catalunya ha asumido un papel protagonista en la lucha contra el Alzheimer, con [residencias especializadas como las de Ballesol](#), que desde hace más de 40 años se han consolidado como un referente en la atención sociosanitaria de las personas que padecen esta enfermedad.

El Alzheimer: una enfermedad que sigue creciendo

El Alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa que afecta principalmente a personas mayores, y es responsable de entre el 60 y el 70% de los casos de demencia en el mundo, [según datos de la Organización Mundial de la Salud \(OMS\)](#). Se caracteriza por una **pérdida progresiva de la memoria y otras funciones cognitivas**, lo que eventualmente lleva a la pérdida de la capacidad de llevar a cabo las actividades diarias. El año pasado, la Confederación Española de Alzheimer y otras Demencias ([Ceafa](#)) estimó que en España **el número de personas afectadas podría triplicarse para 2050** si no se encuentran tratamientos efectivos o estrategias de prevención más robustas.

El Alzheimer es responsable de entre el 60 y el 70% de los casos de demencia en el mundo

Además, el impacto emocional y económico de la enfermedad es considerable. [Según la OMS](#), **el coste global de la demencia asciende a más de 898.600**

millones de euros anuales, y se espera que esta cifra se duplique para el año 2030. A nivel nacional, tal y como asegura el [Informe de Demencias de la Sociedad Española de Neurología](#), el coste anual de cuidar a una persona con Alzheimer en España puede oscilar entre 27.000 y 37.000 euros, dependiendo del nivel de atención requerido.

Ballesol: un referente en Catalunya para el tratamiento del Alzheimer

En Catalunya, las residencias de Ballesol, ubicadas en ciudades como Barberà del Vallès, Fabra i Puig, Almogàvers, Badalona y Reus, se han especializado en el tratamiento de demencias como el Alzheimer, ofreciendo un enfoque integral que abarca tanto el bienestar físico como el emocional de los residentes. Bajo el lema **'Cuidamos para no olvidar'**, Ballesol se ha centrado en promover un envejecimiento activo y saludable, apostando por la prevención, el diagnóstico precoz y un tratamiento individualizado para cada persona.

Bajo el lema 'Cuidamos para no olvidar', Ballesol apuesta por la prevención, el diagnóstico precoz y el tratamiento individualizado

Las residencias Ballesol cuentan con **unidades especializadas en demencia**, donde equipos multidisciplinares de médicos, psicólogos, terapeutas ocupacionales y fisioterapeutas trabajan juntos para ofrecer una atención personalizada. Este

enfoque integral busca no solo mejorar la calidad de vida de los residentes, sino también reducir el impacto de la enfermedad en las familias.

Uno de los programas más innovadores implementados por Ballesol es el de **Estimulación Multisensorial (EMS)**, basado en el concepto de **Snoezelen**. Este programa permite a las personas con demencia avanzada experimentar sensaciones que contribuyen a su bienestar, mediante la estimulación de los sentidos a través de luces, sonidos, aromas y texturas. Estudios recientes han demostrado que la estimulación multisensorial puede **mejorar la calidad de vida de las personas con demencia, al reducir su agitación y mejorar su capacidad de interactuar con el entorno**.



Uno de los programas más innovadores implementados por Ballesol es el de Estimulación Multisensorial (EMS), basado en el concepto de Snoezelen / **BALLESOL**

La prevención: clave en la lucha contra el Alzheimer

Si bien el Alzheimer es una enfermedad irreversible y progresiva, los estudios sugieren que ciertos cambios en el estilo de vida pueden ayudar a reducir el riesgo de desarrollarla. Según el [Informe Lancet Commission on Dementia Prevention, Intervention, and Care](#) de 2020, **alrededor del 40% de los casos de demencia podrían ser prevenibles si se controlan factores de riesgo como la hipertensión, la obesidad, la diabetes, el tabaquismo y la inactividad física**.

El 40% de los casos de demencia podrían ser prevenibles si se controlan factores como la hipertensión, la obesidad, la diabetes, el tabaquismo y la inactividad física

En las residencias de Ballesol, se ha observado un aumento en las solicitudes de **estancias de prevención**, una tendencia que destaca el interés creciente en adoptar hábitos saludables que promuevan la autonomía y el bienestar físico y mental de las personas mayores. Las actividades ofrecidas en estas residencias, como el **ejercicio físico regular, los talleres de memoria y las terapias cognitivas**, juegan un papel importante en la prevención de la enfermedad y en la mejora de la calidad de vida de los residentes.

El papel de las familias en el cuidado del Alzheimer

El Alzheimer no solo afecta a quienes lo padecen, sino también a sus cuidadores y familiares. **El estrés, la ansiedad y el aislamiento** que suelen experimentar los familiares de una persona con Alzheimer son problemas que requieren una atención particular. Es por ello que Ballesol, consciente de este desafío, ha implementado **programas de apoyo emocional y psicológico para los familiares**, ofreciéndoles herramientas y recursos para enfrentar las distintas etapas de la enfermedad.

Tal y como afirman datos de la [Fundación Pasqual Maragall](#), **el 90% de los cuidadores de personas con Alzheimer sufren niveles elevados de estrés**. En respuesta a esta problemática, las residencias Ballesol han priorizado la creación de entornos donde tanto los residentes como sus familias puedan recibir el apoyo necesario para sobrellevar la situación de la mejor manera posible.

El 90% de los cuidadores de personas con Alzheimer sufren niveles elevados de estrés

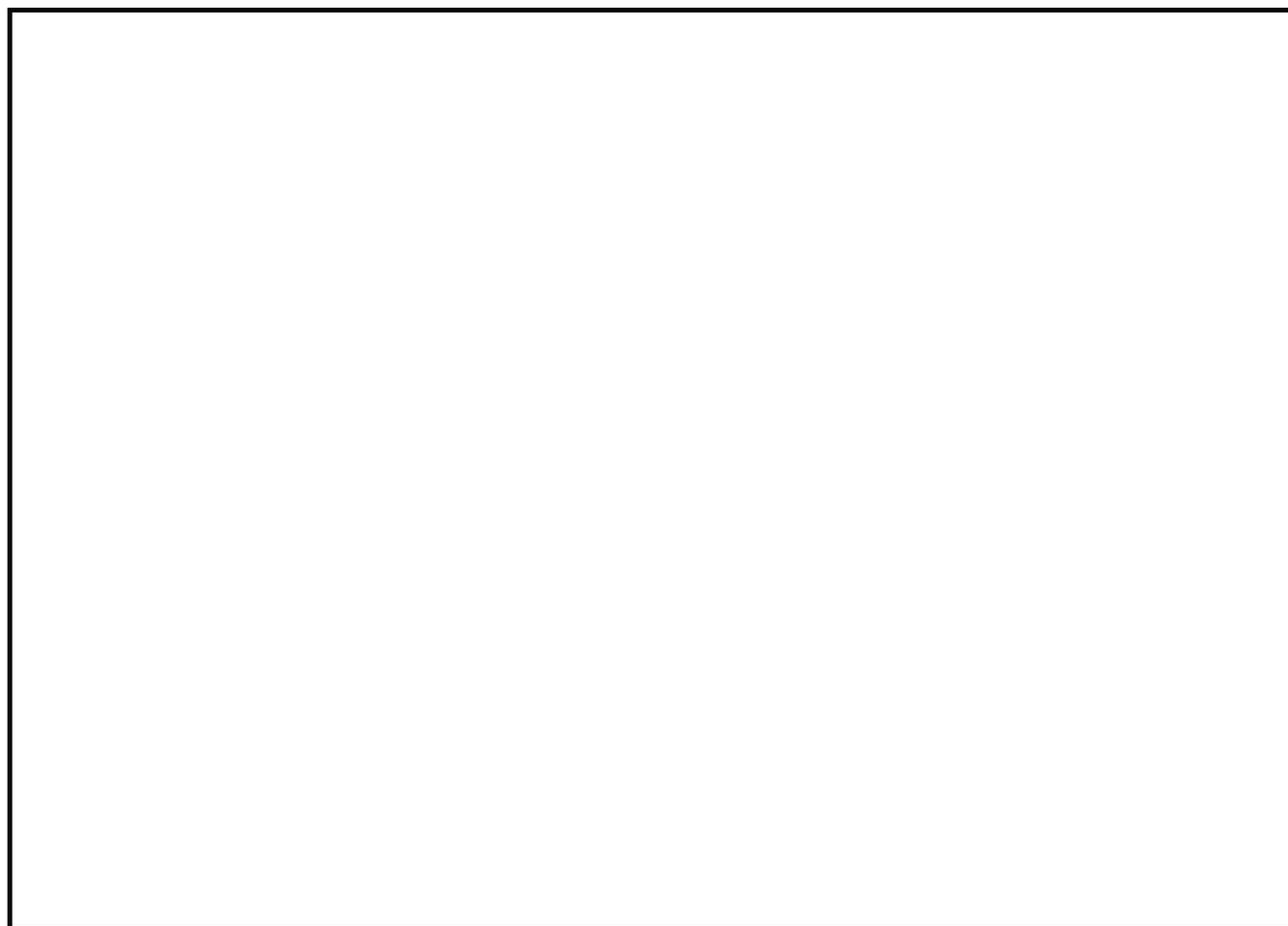
Además, las residencias **proporcionan a las familias información esencial sobre la enfermedad y las mejores estrategias para gestionar la atención** a largo

plazo. Este enfoque integral asegura que las familias puedan comprender mejor la evolución de la enfermedad y tomar decisiones informadas sobre los cuidados necesarios.

Un entorno adaptado a las necesidades de las personas con Alzheimer

Otro aspecto clave en el tratamiento del Alzheimer es el entorno en el que vive la persona afectada. Las residencias Ballesol han desarrollado una **arquitectura diseñada específicamente para personas con demencia**, con **espacios familiares y domésticos** que facilitan la adaptación de los residentes. La seguridad y el confort son prioritarios, y los entornos están diseñados para reducir la desorientación y la ansiedad, problemas comunes entre las personas con Alzheimer.

"Lograr que la vida continúe lo más confortable posible" es el objetivo de Ballesol, que apuesta por un enfoque humanizado del cuidado. Este compromiso no solo se refleja en los servicios que ofrecen, sino también en la campaña de concienciación que llevan a cabo este mes en el marco del Día Mundial del Alzheimer.



En este **Día Mundial del Alzheimer**, es fundamental recordar que la enfermedad no solo afecta a quienes la padecen, sino también a toda la sociedad. En Catalunya, **las residencias Ballesol están a la vanguardia en el tratamiento de la enfermedad**, proporcionando atención integral tanto a los pacientes como a sus familias. A través de la prevención, el diagnóstico precoz y el apoyo emocional, Ballesol trabaja para garantizar que las personas con Alzheimer puedan vivir de la manera más digna y confortable posible, mientras la ciencia continúa buscando una cura definitiva para esta devastadora enfermedad.

Para más información sobre los servicios de Ballesol en Catalunya, puedes visitar [su página web](#) o llamar al **900 24 24 25**.

TEMAS

ALZHÉIMER

PASQUAL MARAGALL

[Comenta esta noticia](#)**Lo más leído****Lo último**

1. El mes de nacimiento marca la esperanza de vida de una persona
2. La borrasca Boris llega a Catalunya: activado el aviso por lluvias intensas y la prealerta Inuncat a partir de este martes
3. Ni 40 ni 50: esta es la edad exacta a la que el cuerpo envejece de manera inmediata y para siempre

Información y noticias de Alcalá **EL PUERT@**

INICIO NOTICIAS ▾ DEPORTES ▾ OPINIÓN ▾ TURISMO ▾ PROPUESTAS ▾ AGENDA ▾



EL RINCÓN DEL CREADOR HEMEROTECA MODA Y TENDENCIAS CONTACTO

Marcha por las calles de Alcalá para conmemorar el día mundial del Alzheimer desde la unidad y la solidaridad

by **El Puert@** — septiembre 23, 2024 in Noticias, Salud



Suscríbete a nuestra newsletter

Entérate de las últimas novedades recibiendo nuestra newsletter en tu bandeja de entrada. Puedes darte de baja en cualquier momento.

Tu dirección de correo electrónico

Continuar

[Política de privacidad](#) - Desarrollado por iubenda

Compartir en Facebook

Marcha por las calles de Alcalá para conmemorar el día mundial del Alzheimer desde la unidad y la solidaridad; organizada por la Asociación de Enfermos y Familiares de Alzheimer y Parkinson de Alcalá, la marcha tiene por objetivo visibilizar una enfermedad que puede estar afectando a 4.000 alcalaínos en diferente grado.

Alcalá de Henares, 22 de septiembre de 2024.- Ayer se celebró en Alcalá de Henares el Día Mundial del Alzheimer con una marcha que ya es tradicional en la ciudad bajo la organización de la Asociación de Enfermos y Familiares de Alzheimer y Parkinsons AFA Alcalá. La marcha desde la sede de la asociación en la calle Garcilaso de la Vega hasta la plaza de San Diego pone de manifiesto la necesidad de la unidad comunitaria en la lucha contra el Alzheimer y la importancia de la solidaridad para combatir la enfermedad neurodegenerativa y hacer más sencilla la vida para enfermos y familiares.

Como todos los años asistieron a la marcha autoridades municipales, concretamente el concejal de Salud, Teófilo Lozano, la concejal de Familia, Pilar Cruz, así como las concejalas socialistas Diana Díaz del Pozo y Blanca Ibarra, y la portavoz de AFA Alcalá Rosa Romero entre otros miembros de la Corporación Municipal.

En la marcha también participaron decenas de vecinos que no dudaron en sumarse a la iniciativa que es en el fondo un trabajo e implicación que da visibilidad a la enfermedad y apoya a las personas que la padecen a sus familiares.

Según la Sociedad Española de Neurología, el 35% de los casos se pueden atribuir a nueve factores de riesgo modificables. Controlar la diabetes, la hipertensión arterial, la obesidad, el tabaquismo, el sedentarismo, la depresión, la inactividad cognitiva, la hipoacusia y el aislamiento social podrían por lo tanto reducir el número de casos de Alzheimer en el mundo. Actualmente en España. Con estas cifras se estima que 4.000 personas padecen esta enfermedad. Se estima que el 80% de los casos de Alzheimer

Suscríbete a nuestra newsletter

Entérate de las últimas novedades recibiendo nuestra newsletter en tu bandeja de entrada. Puedes darte de baja en cualquier momento.

Continuar

[Política de privacidad](#) - Desarrollado por iubenda



Así actúa el queso en tu cerebro, según un neurólogo

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

TENDENCIAS | 22/09/2024 | 20:42 | Actualizada 22/09/2024 20:42



Laura Guevara
VER PERFIL

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.

Lee también: [Tres ideas para preparar esquites de manera diferente](#)





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.

¿Qué variedades de queso son más beneficiosas?

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 e lactosa, como el queso suizo, parmesano o cheddar.

Lee también: [El tipo de queso francés que anticancerígeno y además evita el desarrollo de migrañas](#)

¿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.

PUBLICIDAD



CITROËN - Patrocinado

Citroën C4: totalmente equipado.

[¡Pruébalo ahora!](#)



CITROËN - Patrocinado

Citroën C4: totalmente equipado.

[¡Pruébalo ahora!](#)



CITROËN

Citroën C4: totalmente equipado.

[¡Pruébalo ahora!](#)

Evita estos alimentos porque dañan tu cerebro y memoria

[Únete a nuestro canal](#) ¡EL UNIVERSAL ya está en Whatsapp!, desde tu dispositivo móvil entérate de las noticias más relevantes del día, artículos de opinión, entretenimiento, tendencias y más.

akv



TEMAS RELACIONADOS

queso

beneficios.

cerebro

Noticias según tus intereses



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

Más de dos millones de personas sufren el síndrome de piernas inquietas en España: el 90% de ellas está sin diagnosticar

C. Amanda Osuna

3-4 minutos

Un hombre con síndrome de las piernas inquietas. (Shutterstock España)

Un hombre con síndrome de las piernas inquietas. (Shutterstock España)

En España hay casi tantas personas con el **síndrome de piernas inquietas** como asmáticas: más de dos millones, lo que se traduce en un **10% de la población adulta** y un 4% en niños y adolescentes. De todas ellas, menos de 200.000 han recibido un **diagnóstico**, según los datos que maneja la Sociedad Española de Neurología

(SEN). Este trastorno del sueño crónico provoca en los pacientes la **necesidad de mover las piernas a la hora de dormir**, lo que resulta en una sensación muy desagradable que [imposibilita el descanso](#).

Quienes lo padecen sienten hormigueos, picazón y un ardor intenso que solo se alivia con el movimiento de las extremidades. Al principio, estos síntomas se presentan de forma esporádica, lo que retrasa en ocasiones la visita al médico. Hay registros de casos de

[diagnósticos que se han demorado más de 10 años](#) al

confundirse con problemas reumáticos o trastornos circulatorios.

Este **trastorno del sueño** o enfermedad de Willis-Ekbom no solo

afecta a la hora de dormir, pues los pacientes pueden tener

dificultades incluso para sentarse o relajarse un rato. Así, la falta de

descanso empeora la [capacidad de concentración](#) y el estado de

ánimo de estas personas, que se vuelven más vulnerables a padecer

problemas de salud mental, como la **depresión**. Uno de los

problemas asociados al síndrome de las piernas inquietas es el

propio tratamiento *per se*, pues en ocasiones la receta de **fármacos**

sedantes puede agravar los síntomas.

La **edad** es un factor de riesgo de este trastorno: a medida que

envejecemos, su prevalencia se acentúa, sobre todo en los adultos

mayores de 45 años. Sin embargo, se puede desarrollar a cualquier

edad. “Generalmente tiene un curso fluctuante, con épocas mejores y

épocas peores. Todas las situaciones que impliquen una alteración/

reducción de los depósitos de hierro son factor de riesgo para que la

enfermedad empeore o debute. Por esta razón, es el **doble de**

frecuente en mujeres, que sufrimos mayores pérdidas de hierro a lo

largo de nuestra vida por la menstruación, los embarazos o la

lactancia”, explica la doctora Celia García Malo, vocal del Grupo de

Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la Sociedad Española

de Neurología.

0 seconds of 3 minutes, 41 seconds Volume 0%

Episodio: Recomendaciones para dormir bien.

El síndrome de las piernas inquietas **no tiene una causa conocida**, aunque se cree que puede deberse a un desequilibrio de la dopamina del mensaje, que es la encargada de enviar mensajes para controlar el movimiento muscular. Si se identifica una posible causa, es ahí donde hay que partir para tratar la enfermedad.

“En todo caso, lo más importante del objetivo del diagnóstico es poder elegir el **tratamiento más adecuado** y con mejor perfil de seguridad para cada paciente, con el fin de evitar efectos secundarios o complicaciones a largo plazo. Afortunadamente, disponemos de varias familias de fármacos que resultan efectivas, incluida la **suplementación con hierro** cuando está indicada. La mayor parte de los pacientes experimentan gran mejoría en su calidad de vida y en su sueño, y eso repercute muy positivamente en su salud global”, concluye la doctora García.

lunes, 23 de septiembre de 2024

La Tribuna de Ciudad Real



18°
Kiosko



La Tribuna de Ciudad Real

CIUDAD REAL PUERTOLLANO PROVINCIA REGIÓN ESPAÑA MUNDO DEPORTES OPINIÓN ANUNCIOS OFICIALES

SALUD

Los nuevos medicamentos contra el alzhéimer no llegan a España

Agencias - domingo, 22 de septiembre de 2024

Los neurólogos denuncian la decisión de la EMA de no autorizar dos fármacos que ya se usan en Estados Unidos para retrasar el avance de esta enfermedad degenerativa en su fase inicial



Los expertos aseguran que los novedosos tratamientos ralentizan la enfermedad hasta en un 35 por ciento. - Foto: EFE



Los neurólogos españoles están decepcionados. La última decisión de la Agencia Europea del Medicamento (EMA) de no autorizar el pasado julio los dos últimos fármacos contra el alzhéimer en fase temprana priva a los pacientes de un tratamiento de «eficacia demostrada, modesta si se quiere, pero robusta». Así lo detalla el neurólogo Juan Fortea con motivo ayer del Día Mundial contra esta enfermedad degenerativa, quien confía en que la EMA revierta esta decisión que no solo ayudaría al 15 por ciento de enfermos sino que también serviría de catalizador para cambiar el sistema.

«En España no hemos hecho los deberes y en muchos sitios no hay neuropsicólogos ni biomarcadores que corroboren la presencia de la proteína amiloide que se acumula en el cerebro de estos pacientes. No podemos quedar atrás en el desarrollo de fármacos», señala.

Fortea, que es neurólogo en el hospital Santa Creu i Sant Pau de Barcelona y fue galardonado por la Sociedad Española de Neurología (SEN) por su investigación en esta dolencia, afirma que estos preparados ya se prescriben en Estados Unidos, el Reino Unido, Japón, China, Israel, Corea y Emiratos Árabes, por lo que el hecho de que la EMA se sitúe en contra «deja atrás a los pacientes europeos». «Es una decisión que no comparto ni termino de entender», insiste este experto, que puntualiza que se trata de una opinión «ampliamente compartida por sus colegas».

Recientemente, el comité asesor de la EMA recomendó que el fármaco lecanemab no se aprobase en la Unión Europa por considerar que el balance riesgo-beneficio es «desfavorable», a diferencia de los comités asesores de otras agencias reguladoras que apuestan por la seguridad de estos tratamientos, excluyendo a los pacientes con riesgo de complicación.

Fortea subraya que hay que ajustar las expectativas porque no se trata de fármacos que curen ni que puedan usar la mayoría de pacientes, pero es la «primera vez de la historia de la humanidad» en la que se modifica el curso de la enfermedad de una manera «clara e incontestable, cumpliendo los criterios de eficacia».

Eso hace que la enfermedad se ralentice en un 27 por ciento con lecanemab y un 35 por ciento con donanemab (aprobado en EEUU, pero no evaluado en Europa).

La coordinadora del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la Sociedad Española de Neurología (SEN), Raquel Sánchez, coincide con su colega en la necesidad de estos anti-amiloides, que eliminan la proteína que se acumula en el cerebro de los enfermos.

Sorpresa

Sánchez comparte su sorpresa ante la discrepancia de riesgo-beneficio entre agencias y muestra su «preocupación» por el hecho de que no se haya aprobado



en Europa. «La no aprobación por parte de la EMA deja a los pacientes de la UE sin posibilidad de recibirlos, y coloca a los centros europeos a la cola en la innovación y la investigación», señala.

El jefe de la Unidad de Trastornos Cognitivos de Lérida, Gerard Piñol, se muestra en la misma dirección:«La EMA alega que tienen efectos secundarios importantes y, esto es cierto. Sin embargo, es una enfermedad grave con un pronóstico muy malo por lo que no podemos dejar de proporcionar medicamentos útiles.

A diferencia de los fármacos actuales, que solo palían algunos síntomas como la memoria o la atención, los nuevos actúan sobre el proceso e intentan eliminar la placa amiloide.

Los nuevos tratamientos empiezan a tener efectos según se elimina el amiloide (de 6 a 18 meses) y reducen un tercio la progresión de la enfermedad.

ARCHIVADO EN: Agencia Europea de Medicamentos, Enfermedades, España, Reino Unido, Estados Unidos, Alzheimer, Medicamentos, Neurología, Unión Europea, Emiratos Árabes Unidos, Barcelona, Japón, China, Israel

Contenido patrocinado

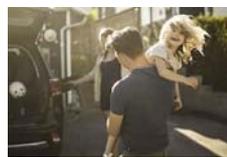
Recomendado por Outbrain



Alivia el tinnitus haciendo esto una vez al día: es increíble (deja d...
Patrocinado por Acufenos Ayu...



Más de 6.000 vehículos de ocasión
Patrocinado por Spoticar



Elige en quien confiar en tu seguro de coche
Patrocinado por Direct Seguros



Las personas nacidas entre 1954 y 1982 tienen derecho al seguro de...
Patrocinado por Experts in Mo...



No busques más, ¡el nuevo Fiat 600 Híbrido ha llegado para...
The Italian Upgrade.
Patrocinado por Fiat 600



Un nuevo smartwatch de 59 dólares capaz de medir los niveles de...
Patrocinado por shirem.com



Nuevo ascensor de escalera portátil que no requiere instalación...
Patrocinado por ascensor de e...



Cómo obtener un segundo ingreso invirtiendo 200€ en...
Patrocinado por newsnesthub...



Placas solares sin pagarlas en Tarancón ¿Cómo conseguirlas po...
Ya no hay excusas. Tarifa plana luz + Placas solares...
Patrocinado por Eveon



El truco para mejorar la audición del que todos hablan en España...
Patrocinado por quieroescuchar



Bienestar y confort de primera clase
Patrocinado por DS7



La Tortilla de Patatas, más cara ahora
Por lo que te costaba hacer una tortilla de patatas en...
Patrocinado por Raisin

[Menorca](#) | [Local](#)

El alzhéimer se ceba en Menorca con pacientes cada vez más jóvenes y tensa las listas de espera

En Maó, donde está el único centro especializado de Menorca, hay 20 pacientes sin plaza, mientras en Santa Rita atienden casos cada vez más prematuros: a partir de 55 años



Residentes en el centro sociosanitario de Santa Rita durante las actividades organizadas ayer con motivo del Día Mundial del Alzheimer. | **C.S.S.R.**

[Fela Saborit](#) Menorca 21/09/24 4:00

El deterioro cognitivo y la demencia están detrás de la mayoría de ingresos en plazas de dependencia de residencias y también en los centros de día de Menorca, no siempre con un diagnóstico específico de alzhéimer, pero sin duda esta es una **enfermedad reconocida como la causa más frecuente de estos procesos, que se acentúan a edades avanzadas**. Hoy, en el [Día Mundial del Alzheimer](#), el centro existente en Maó para combatir los signos de este trastorno cruel, que destruye lentamente la memoria y la capacidad de pensar, tiene **20 personas en lista de espera**. Algo que no era habitual, reconocen desde la dirección de este espacio asistencial.

El aumento de casos de deterioro cognitivo y conductual va ligado a una mayor esperanza de vida, ya que normalmente afecta a personas ancianas, pero no siempre es así. En el centro sociosanitario de Santa Rita, en Ciutadella, han notado en los últimos años un **cambio de perfil, se observa un incremento de la ocupación de plazas de dependencia con personas más jóvenes**, de entre 55 y 65 años, y de otros pacientes con diagnósticos de salud mental además de neurológicos. Se trata de un perfil de usuario más heterogéneo.

En la residencia asistida del Consell en Maó no se han constatado **cambios muy significativos en cuanto a la población atendida**, pero sí apuntan ese dato de la veintena de pacientes que aguardan para el [Centro de Alzheimer](#), un fuerte incremento de la demanda.

Apoyo especializado

El cambio en el perfil de los ingresos en Santa Rita provoca, aseguran sus responsables, «un escenario más complejo», ya que **las personas dependientes que acceden a un recurso residencial necesitan más apoyo especializado**, «constante y continuado», que el requerido cuando se aprobaron las normativas de ratios de atención en los centros residenciales y centros de estancias diurnas,

apuntan. Los trastornos mentales y cognitivos impactan en la percepción, los procesos afectivos e intelectuales, el estado de ánimo, la conducta y la capacidad de crear y mantener relaciones en las personas que los padecen.

El alzhéimer, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) en este día de lucha contra la enfermedad, es **responsable de entre el 50 y el 70 por ciento de los casos totales de demencia**, y junto a otros tipos como la demencia vascular, la frontotemporal o la de cuerpos de Lewy, afectan ya al menos a una de cada diez personas mayores de 65 años y a un 33 por ciento de los mayores de 85 años.

En el centro sociosanitario del Consell en Ciutadella alrededor del 70 por ciento de las personas institucionalizadas se encuentran en un nivel grave, muy grave y moderadamente grave con un diagnóstico de demencia. Estos pacientes presentan **características como la desorientación en espacio y lugar**, la necesidad de ayuda para actividades básicas de la vida diaria y, en los casos más avanzados padecen alteraciones psicológicas y conductuales como agresividad, delirios, síntomas obsesivos, agitación, ansiedad y abulia cognitiva, la pérdida de voluntad e iniciativa.

La demanda de centros asistenciales aumenta porque **los cuidados de personas con problemas de desorientación y conducta son complejos y difíciles de proporcionar en la familia**, además de suponer un tremendo desgaste para los cuidadores. El acceso a los recursos se consigue por puntos, no por tiempo de espera, y según el grado de dependencia, I, II o III. En grado III normalmente se da el ingreso en residencias pero con un grado I es complicado acceder a un centro de día o a una residencia debido a que faltan más plazas.

AFAM reclama más prevención

Cada año se diagnostican en España unos 40.000 nuevos casos de alzhéimer. La [Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer](#) en Menorca (AFAM) se une a la reivindicación de la Confederación Española de Alzheimer y otras Demencias de más prevención, diagnóstico temprano y apoyo continuo a los pacientes y sus familias para **afrentar la enfermedad, además de un empuje a la inversión en investigación para buscar tratamientos**. «El alzhéimer no es solo un problema médico sino también un reto social y humano», asegura la entidad en una carta publicada hoy en «Es Diari» con motivo del Día Mundial del Alzheimer. AFAM hace 30 años que presta apoyo a los enfermos y a sus familiares.

Por su parte, la Sociedad Española de Neurología pone el foco en el infradiagnóstico de esta enfermedad. Un diagnóstico temprano, señala, no solo permite avanzar el tratamiento disponible sino también **que el enfermo tome decisiones y planifique su cuidado**. El alzhéimer supone un 12 % del total de años vividos con discapacidad debido a una enfermedad. Además, cerca del 60 % de los cuidadores presentan ansiedad o depresión como consecuencia de la sobrecarga por el cuidado.

El apunte

Talleres de estimulación cognitiva y motriz en los centros del Consell, Santa Rita y Maó

En el marco de la conmemoración del Día Mundial del Alzheimer, para concienciar sobre dicha enfermedad, el Centro Sociosanitario Santa Rita en Ciutadella organizó ayer una serie de actividades con los residentes. Se realizaron ejercicios de estimulación cognitiva y motriz así como una coreografía. La consellera de Bienestar Social, Carmen Reynés, visitó el centro con motivo de dichos talleres que se repetirán, para visibilizar la lucha contra la enfermedad de alzheimer, el próximo martes en la residencia asistida del Consell en Maó. Las actividades diseñadas para mantener y mejorar las funciones cognitivas que aún se conservan, como la memoria, la orientación, la atención y la capacidad ejecutiva, forman parte también de la ayuda que proporciona la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Menorca.

[Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer](#)

[Día Mundial del Alzheimer](#)

[centro de alzheimer](#)

rico Dépôt odia cuando
aces esto, pero no
ueden detenerte

Publicidad JetNozzle



Este brillante invento
japonés traduce
instantáneamente idiom...

Publicidad Poliglu



El Debate

Seguir

21.7K Seguidores



Evitar la confusión y tener un sitio fijo para cada cosa: claves para cuidar de un familiar con alzhéimer

Historia de Clara González • 2 día(s) • 1 minutos de lectura



Evitar la confusión y tener un sitio fijo para cada cosa: claves para cuidar de un familiar con alzhéimer

Cada año se diagnostican 40.000 nuevos casos de la **enfermedad de Alzhéimer**, según la [Sociedad Española de Neurología](#) (SEN). Para todos ellos, y los que llevan años luchando contra la enfermedad, sus cuidadores, familiares, amigos o personas de su entorno se

Comentarios

convierten en **un nexo con la realidad** que mantiene viva su memoria.

Organizar el espacio en casa o la ropa en el armario son algunas cuestiones prácticas a tener en cuenta en las [atenciones diarias](#) de un enfermo de alzhéimer. [Seguir leyendo en El Debate.](#)

▶ Vídeo relacionado: En La Mesa: "Alzheimer", retos de esta enfermedad y cómo podemos reducir su probabilidad | ENM...

]]>

Contenido patrocinado



Blinkist

Descubre Blinkist, la aplicación que todos los intelectuales utilizan para

Publicidad



Slimdoo.com

Quemar la grasa de su abdomen

Publicidad

Más para ti

Comentarios



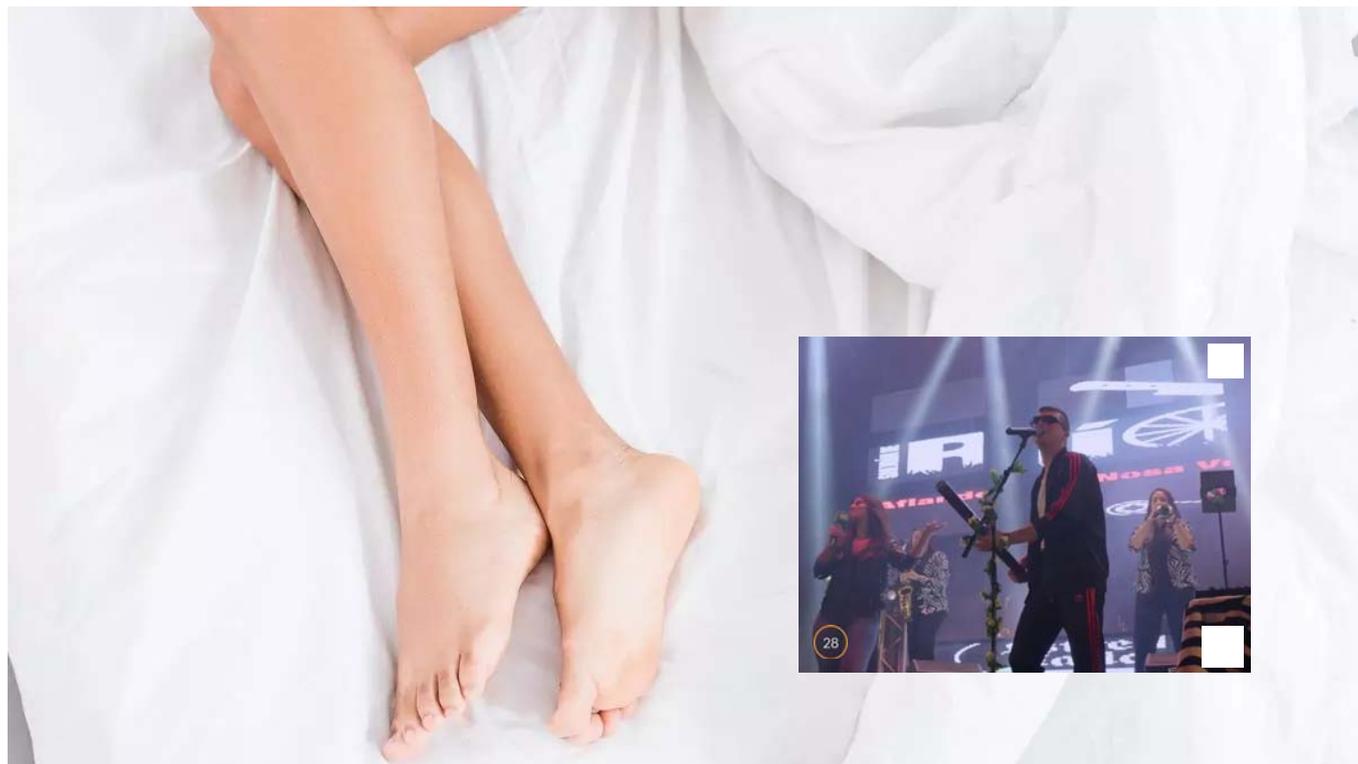
Guías de Salud

[Dietas](#) [Fitness](#) [Cuidamos tu salud](#) [Vida Equilibrium](#)

DÍA MUNDIAL DEL SÍNDROME DE LAS PIERNAS INQUIETAS

Síndrome de las piernas inquietas: qué es lo que se siente y cuándo debo ir al neurólogo

Hasta un 20% de los pacientes más graves comenzaron a tener los primeros síntomas del síndrome antes de los 20 años



El 90% de los que sufren el síndrome de piernas inquietas no lo saben.

Rebeca Gil

23 SEPT 2024 3:59 Actualizada 23 SEPT 2024 4:02



0

Un **movimiento constante de las piernas durante la noche**. Este es el síntoma que sufren muchos españoles durante sus horas de descanso. Este trastorno neurológico conocido como **enfermedad de Willis-Ekbom o síndrome de piernas inquietas** afecta, según las estimaciones de la [Sociedad Española de Neurología](#) a **casi 2 millones de personas en España**. Este lunes, 23 de septiembre, celebra su Día Mundial.

PUBLICIDAD

¿Cómo es y a qué se debe este movimiento continuo?

Noticias relacionadas

Lecanemab: así es la puerta a la esperanza para los pacientes diagnosticados con alzhéimer

Temblor esencial: ¿Es diferente del párkinson? ¿Cuándo debería preocuparme e ir al médico?

Terapias CAR-T: la "revolución" para pacientes con cáncer de sangre, que no llega a todos

- Pues generalmente **el movimiento es la respuesta a una sensación de hormigueo, picazón o ardor** que suele

aparecer durante el reposo y que se para (momentáneamente) o disminuye con el movimiento, explican [los neurólogos](#).

Estos movimientos continuos no pasan inadvertidos para el paciente, puesto que su descanso no consigue ser lo suficientemente reparador.

PUBLICIDAD

Y como explica la **doctora Celia García Malo**, Vocal del [Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la Sociedad Española de Neurología](#).

“Puesto que los síntomas de esta enfermedad suelen darse principalmente durante el descanso o por la noche, es muy común que los pacientes experimenten [dificultades para dormir](#) o relajarse, lo que puede afectar mucho la calidad de vida del paciente”,

- “No en vano, el síndrome de las piernas inquietas, además de su impacto en la calidad del [sueño](#), **suele estar asociado con ansiedad y depresión**, además de que puede tener un significativo impacto en las relaciones sociales y laborales”.

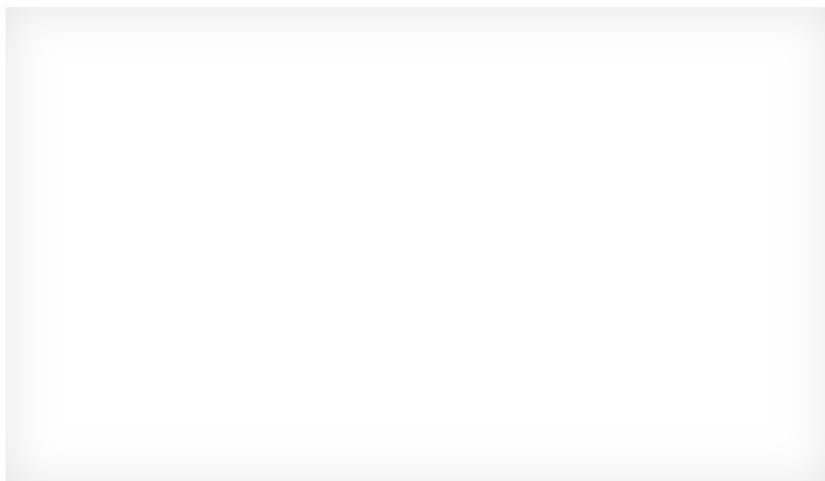


El síndrome de las piernas inquietas provoca una seria distorsión del sueño / FOTO DE NUR DEMIRBAŞ: [HTTPS://WWW.PEXELS.COM/](https://www.pexels.com/)

El 90% de los afectados no está diagnosticado

Pero, a pesar de que se trata de una **patología muy frecuente, que puede afectar hasta un 10% de la población adulta** y hasta un 4% de los niños y [adolescentes](#), el número de personas diagnosticadas de esta enfermedad es muy bajo.

PUBLICIDAD



PUBLICIDAD

Tal es la falta de diagnóstico que la SEN calcula que, **en España, hasta un 90% de las personas que lo padecen podrían estar sin diagnosticar.**

La razón es que en la gran mayoría de los casos los **síntomas son muy leves y no ocurren todas las noches**, lo que hace que el paciente no llegue a consultar con un médico.

- El problema es que **las molestias que provoca el síndrome de las piernas inquietas van aumentando a lo largo del tiempo**. Esto puede llevar a generar retrasos de más de 10 años en el diagnóstico.

Parte del problema en el retraso diagnóstico tiene que ver con “normalizar” la aparición de estas molestias y por la dificultad para acceder a un médico especialista que pueda esclarecer el diagnóstico.



Los casos más graves se inician en la infancia. / ADOBE STOCK.

Los casos más graves se inician en la infancia

Pero como comenta la doctora Celia García Malo, también hay otro hándicap en el diagnóstico:

“Ocurre sobre todo en los casos que se inician en la edad pediátrica. Como en esas edades la presencia de estas molestias en las extremidades pueden ser achacadas a dolores de crecimiento o a hiperactividad, es cuando se dan los mayores retrasos en el diagnóstico”.

Y como asegura la neuróloga. “No debería ser así, porque sabemos que al menos un 25% de los pacientes comienzan a experimentar los síntomas de la enfermedad en la infancia o en la adolescencia”.

- Además, son precisamente **los casos que se inician a edades tempranas los que pueden llegar a convertirse en los casos más graves.**

- Hasta un 20% de los pacientes que padecen el síndrome de piernas inquietas padecen esta enfermedad en su forma más grave y, por lo general, se da en las personas cuyos síntomas empezaron antes de los 20 años.

“En todo caso, no se trata de una enfermedad que solo debute en la infancia o en la adolescencia. Ya que, aunque puede iniciarse a cualquier edad, en general, **la gran mayoría de las personas comienzan a experimentar los síntomas a partir de los 40 años**. Además, es más común en mujeres que en hombres”, señala la especialista.



síndrome de las piernas inquietas / UNSPLASH

El síndrome de piernas inquietas se puede tratar

Recuperar un descanso nocturno reparador es el objetivo de los tratamientos del síndrome de piernas inquietas. Pero para poder aplicarlos es esencial consultar con un especialista en cuanto “experimenten molestias en las piernas, sobre todo cuando ocurren con tal frecuencia que dificultan el inicio o el mantenimiento del sueño”, subraya la doctora.

De esa forma, el médico podrá realizar un correcto diagnóstico, estudiar si existe alguna causa subyacente y tratar de forma adecuada el trastorno.

- “Actualmente, aproximadamente **un 25% de los pacientes que acuden a la consulta de Neurología** o a una Unidad de Sueño por problemas de **insomnio** crónico **es diagnosticado con el síndrome de piernas inquietas**”, añade la experta.

Antes de determinar qué tipo de tratamiento aplicar a una enfermedad, los especialistas siempre tratan de saber cuál es su causa.



El síndrome de las piernas cansadas afecta a entre un 20 y un 30% de la población / **ADOBE STOCK**

En el caso del síndrome de las piernas inquietas aún se desconocen las causas que lo provocan, aunque se ha relacionado con:

- Factores genéticos
- Deficiencias de hierro
- Alteraciones en los niveles de dopamina en el cerebro.

Pero también puede estar asociada a ciertas enfermedades y condiciones médicas, como:

- La insuficiencia renal
- Diabetes
- Embarazo
- Neuropatías,
- Afecciones de la médula espinal
- Enfermedades como el Parkinson o la esclerosis múltiple.

"Dependiendo de si se identifica o no algún tipo de causa subyacente, variará el tratamiento. En todo caso, por lo general, el tratamiento se centrará en abordar los síntomas y mejorar la calidad del sueño", explica la experta.

Terapia para paliar el síndrome de las piernas inquietas

Entre las terapias más utilizadas para paliar el movimiento constante de las piernas, la doctora García Malo señala como los más frecuentes:

1. "Incluir cambios en el estilo de vida, como evitar el consumo de [cafeína](#) y [alcohol](#)".
2. "Mantener una rutina regular de sueño".
3. "Hacer ejercicio y aplicar técnicas de relajación".
4. "Y en casos más graves o cuando la enfermedad interfiere significativamente con la calidad de vida, existe medicación específica para mejorar los síntomas".

Te puede interesar

ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN

Impedanciometría nutricional: la prueba para que no nos engañen las "mentiras" de la báscula

ONCOLOGÍA

Cáncer de tiroides: primeros síntomas de un tumor silencioso y frecuente en mujeres de mediana edad

UROLOGÍA

Cuál es el alimento, de consumo habitual, que puede ayudar a reducir el riesgo de cáncer de próstata



“En todo caso es importante que se realice un correcto seguimiento de la evolución de la enfermedad y de sus síntomas para tratar de que esta enfermedad no vaya a más. Ya que, cuando la enfermedad evoluciona y los pacientes sufren una forma grave de esta enfermedad, es mucho más difícil dar con una pauta de tratamiento que sea efectiva”.

TEMAS

NEUROLOGÍA

SUEÑO

MEDICINA DEL SUEÑO

RESPONDE EL DOCTOR

PSIQUIATRÍA

Comenta esta noticia

PUBLICIDAD

Te puede interesar

VIDA Y ESTILO

Cristina Pedroche confirma su maternidad en Pasapalabra: 'Voy a llorar'
2024-09-20



VIDA Y ESTILO

El gran enfado de Javier Bardem en San Sebastián: 'Esto se llama encerrona'
2024-09-21



PUBLICIDAD



Comprometidos con la salud mental



psiquiatria.com

Buscar



Actualidad y Artículos | Neuropsiquiatría y Neurología

Seguir 32



0



0



PUBLICAR ▾

Neurólogos advierten que un 60% de los españoles que padecen narcolepsia están sin diagnosticar



Noticia | 24/09/2024

A pesar de que los síntomas más frecuentes de la narcolepsia son muy identificativos, la Sociedad Española de Neurología (SEN) estima que un 60 por ciento de la población española y hasta un 85 por ciento de la población mundial está sin diagnosticar.

Tanto esta patología como el síndrome de las piernas inquietas son dos enfermedades neurológicas altamente infradiagnosticadas. Esto en parte se debe a que la narcolepsia se desarrolla de manera gradual y hasta que no se producen síntomas más graves, como la cataplejía, no se suele acudir al médico. En ocasiones, los síntomas se asocian a factores hormonales o cambios en el estilo de vida debido ya que generalmente, el inicio de esta patología coincide con la adolescencia o comienzo de la vida adulta.

6,9 créditos | Inicio: 12/06/2024

CURSO DE
**TRATAMIENTO ASERTIVO
COMUNITARIO**



TAC



PUBLICIDAD

"A menudo, las personas que lo sufren pueden 'haber normalizado' y adaptado su actividad a esa somnolencia excesiva y mal descanso nocturno. Por eso es tan importante su entorno, ya que a menudo se achacan esos síntomas a 'ser un dormilón' o 'ser vago', sin pensar que puede tratarse de un cuadro neurológico perfectamente reconocible", comenta la coordinadora del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la

Sociedad Española de Neurología, la doctora Ana Fernández Arcos.

Asimismo, la experta asegura que otro de los errores más comunes es que los pacientes de narcolepsia ocasionalmente son diagnosticados de depresión por psiquiatras. Al tratar a estos pacientes con fármacos antidepresivos, los síntomas disminuyen provocando así que el diagnóstico se retrase todavía más.

Estos son algunos de los motivos por los que se han visto retrasos en el diagnóstico de hasta 10 años en España.

"Es importante que los pacientes obtengan un diagnóstico adecuado. Se trata de una enfermedad que puede limitar mucho la vida de quien la padece pero para la que existen tratamientos que pueden ayudar a manejar los síntomas y mejorar su a calidad de vida", recuerda la doctora.

90% CON PIERNAS INQUIETAS, SIN DIAGNOSTICAR

Hasta un 90 por ciento de españoles con síndrome de las piernas inquietas podrían estar sin diagnosticar. La SEN calcula que hasta un 10 por ciento de la población adulta y un 4 por ciento de los niños y adolescentes padecen esta patología en España, es decir, más de 2 millones de personas, de las cuales menos de 200.000 están diagnosticadas.

Además, "al igual que ocurre con la narcolepsia, en el

inicio de la enfermedad, **los síntomas se suelen manifestar de forma muy discreta y esporádica**, lo que hace que muchas personas no consulten sus síntomas hasta que la enfermedad ya ha evolucionado", asegura la Vocal del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la Sociedad Española de Neurología, la doctora Celia García Malo.

Para concluir, la doctora Fernández Arcos recuerda que "ante la sospecha de que se pueda estar experimentando síntomas de alguna de estas dos enfermedades o de cualquier otra que curse con trastornos del sueño" **se debe buscar atención médica "para obtener un diagnóstico preciso y poder recibir el tratamiento adecuado"**.

TAC El tratamiento asertivo comunitario está revolucionando el panorama de la salud mental 

PUBLICIDAD

Fuente: Europa Press

Palabras clave: neurólogos, narcolepsia, diagnóstico

Url corta de esta página: <http://psiqui.com/2-75029>

Comentarios de los usuarios

AÑADIR COMENTARIO

No hay ningun comentario, se el primero en comentar

PUBLICIDAD

RETHINKDEPRESSION

#DeLaDepresiónSeSale

En 30 preguntas.
Guía interactiva sobre la depresión.

DESCÚBRELA AQUÍ



psiquiatria.com

Buscar



Actualidad y Artículos | Depresión, Trastornos depresivos

Seguir 101



0



0



PUBLICAR

La depresión se instaura como el segundo síntoma neuropsiquiátrico más frecuente en las personas con Alzheimer



Noticia | 23/09/2024

Según los datos de la SEN, la depresión afecta al 25% de las personas con deterioro cognitivo leve en estudios realizados en la comunidad, **y al 40% en estudios clínicos.**

Especialistas subrayan la importancia de **prestar atención a los síntomas de la enfermedad, ya que a menudo está vinculada con el progreso del Alzheimer.**

TAC El **tratamiento asertivo comunitario** está revolucionando el panorama de la salud mental 

PUBLICIDAD

La depresión es el segundo síntoma neuropsiquiátrico más frecuente en la enfermedad de Alzheimer, tras la apatía, según la Sociedad Española de Neurología. En casos de deterioro cognitivo leve, la prevalencia de depresión es de aproximadamente el 25 % en muestras comunitarias y del 40 % en muestras clínicas. Entre los adultos mayores con demencia por todas las causas, la prevalencia del trastorno depresivo mayor es del 14,8 % en pacientes con enfermedad de Alzheimer.

La progresión de la EA se asocia, generalmente, con una apatía más severa y una depresión y ansiedad menos

graves, pero los síntomas afectivos son prevalentes en todas las etapas de la demencia. A pesar de su frecuencia, la depresión no siempre se diagnostica en las enfermedades neurológicas de una forma adecuada, pudiendo llegarse a confundir los síntomas de depresión con los propios de la enfermedad neurológica, como puede suceder en la EA.

Como explica la doctora **Sagrario Manzano**, especialista en Neurología del Hospital Universitario Infanta Leonor, "la manifestación clínica de la depresión en el marco de una demencia no es la clásica, con esa pérdida de placer, sentimientos de desesperanza o culpa, sino que se puede experimentar menor rendimiento cognitivo, lentitud de la velocidad de procesamiento, dificultades de concentración, alteración en el ciclo vigilia-sueño, pérdida del apetito, incluso, a veces, síntomas de la esfera psicótica, ideación y tentativa suicida, es decir, que la expresión clínica de esa depresión en el marco de una demencia es muy variada, y tenemos que estar abiertos a esa heterogeneidad de síntomas que muchas veces lo que está traduciendo es esa enfermedad neurodegenerativa de base".

Además, esta experta señala que **"la depresión tiene un peso específico muy alto (3 %) como factor de riesgo de una demencia cuando se padece en la edad media de la vida**, tal y como ha puesto de manifiesto la Comisión The Lancet, pero muchas veces el debut de sintomatología depresiva tardía y demencia, significa la coexistencia de ambas patologías, y existe el deber de tratar las dos. Es muy importante que los neurólogos detectemos y tratemos adecuadamente la depresión en los pacientes

neurológicos para mejorar su calidad de vida".

Sintomatología de la enfermedad de Alzheimer en sus distintas etapas y tratamiento

Un documento de consenso reciente ha concluido que la depresión en las primeras etapas de la EA podría caracterizarse por síntomas somáticos que podrían diferenciarse de la apatía por la presencia de tristeza, pensamientos depresivos y despertarse temprano por la mañana. En las fases más avanzadas de la EA, los síntomas de depresión incluirían inversión del ciclo sueño-vigilia, comportamiento agresivo y agitación.

Para la Dra. Manzano, **"la agitación en casos de demencia avanzada muchas veces supone la expresión de un síntoma afectivo como la depresión."**

El gran reto es la demencia avanzada, donde los pacientes, de forma mayoritaria, no pueden verbalizar esos síntomas afectivos y la única forma de hacerlo es la agitación, algo que se debe tener en cuenta a la hora de plantear el abordaje terapéutico".

La enfermedad neurodegenerativa de Alzheimer cursa con distinta sintomatología cognitiva, conductual y funcional, explica esta neuróloga, que insiste en la importancia de **"ser capaz de tratar todo lo antes posible, por el bienestar del paciente. Si tengo bien controlado un síntoma afectivo desde el inicio, evitaré**

situaciones catastróficas en fases avanzadas. Hacer esa política de tratamiento precoz reducirá la complejidad o incluso no aparecerá esa sintomatología afectiva conforme vayamos andando el camino de esta enfermedad tan larga, compleja y heterogénea".

En cuanto al tratamiento de la enfermedad de Alzheimer comórbida con depresión, la neuróloga del Hospital Infanta Leonor de Madrid explica que, **"en general, recomendaremos utilizar, de forma escalonada, fármacos antidepresivos que tengan un perfil óptimo para los pacientes con demencia,** según los consensos Delphi de nuestro país, en los que se recomiendan determinados fármacos por su perfil de seguridad, de mejoría de la sintomatología depresiva y de su impacto sobre la cognición y, algunos como vortioxetina, sobre la conducta, la funcionalidad y la calidad de vida, como se ha visto en distintos ensayos clínicos. Por tanto, el tratamiento debe basarse en las terapias combinadas porque tenemos que intentar neuromodular distintos neurotransmisores que están alterados en la EA".

Impacto de la depresión en la enfermedad de Alzheimer

La depresión en personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias se ha vinculado con una mayor dificultad para realizar las actividades de la vida diaria, mayor deterioro cognitivo e institucionalización temprana.

En palabras de la Dra. Manzano, **"cualquier síntoma neuropsiquiátrico, de los denominados síntomas**

psicológicos y conductuales asociados a la demencia, como es el estado depresivo, impactan negativamente si no se tratan bien y precozmente, suponiendo una merma de la calidad de vida del paciente, con una aceleración de su declinar cognitivo y funcional, y una mayor progresión de la demencia, así como una sobrecarga del cuidador. La EA es una enfermedad familiar y social. Si garantizamos el bienestar afectivo del paciente, tendremos también el de la familia".

La depresión es, además, un claro factor de riesgo de suicidio, pudiendo llegar a aumentar el riesgo en hasta 20 veces. El riesgo de suicidio también crece de forma marcada en aquellos pacientes con enfermedad de Alzheimer que presentan depresión como comorbilidad, siendo mayor en aquellas personas con enfermedad de Alzheimer poco avanzada.

Relación bidireccional entre enfermedad de Alzheimer y depresión

La evidencia indica que existe una relación bidireccional entre la enfermedad de Alzheimer y la depresión, de forma que la depresión puede preceder a la enfermedad de Alzheimer y suponer, también, un factor de riesgo para sufrir este trastorno neurodegenerativo. **La depresión puede ser la primera manifestación de la enfermedad de Alzheimer.**

Además, los pacientes con historia de depresión tienen un mayor riesgo de desarrollar la enfermedad de Alzheimer, casi el doble que los individuos sin depresión, un riesgo

que, además, es mayor en pacientes con antecedentes de depresión crónica.

Algunos autores han llegado a estimar que un 10 % de casos de enfermedad de Alzheimer que se producen cada año podrían ser atribuibles a la depresión.

6,9 créditos | Inicio: 12/06/2024

CURSO DE
**TRATAMIENTO ASERTIVO
COMUNITARIO**



TAC

PUBLICIDAD

Palabras clave: depresión, alzheimer, neuropsiquiatría

Url corta de esta página: <http://psiqu.com/2-75026>

Comentarios de los usuarios

AÑADIR COMENTARIO

No hay ningun comentario, se el primero en comentar

Áreas temáticas

Depresión, Trastornos depresivos..

**Sepa.**

Hazte socio

Acceso socios

Congresos Formación ▾ Info ▾ Sepa ▾ 🔍 ES EN

¿Cuál es la relación de la microbiota oral con la depresión y el Alzheimer?

22/09/2024

SEPA'24 Yago Leira Entrevista



Las bacterias periodontales y sus productos tóxicos, junto con los mediadores proinflamatorios que se producen a nivel local en los tejidos periodontales inflamados, pueden extravasarse al torrente sanguíneo y cruzar la barrera hematoencefálica produciendo inflamación a nivel cerebral y dando lugar a un estado de depresión o al proceso neurodegenerativo característico de la enfermedad de Alzheimer. Así lo explica en esta **videoentrevista** el Dr. Yago Leira, coordinador del Grupo de Trabajo SEPA-Sociedad Española de Neurología (SEN), quien detalla el impacto de la microbiota oral en enfermedades tan importantes y prevalentes como la depresión y el Alzheimer.

[+ info]

Todos los jueves tienes una cita en cuida tus encías, el canal divulgativo de la Asociación SEPA sobre salud bucal.

Las mejores conferencias de periodoncia, implantes, higiene bucodental, gestión de la clínica...

La revista científica de SEPA. Al día en conocimiento de la Periodoncia y la terapéutica de implantes.

El buscador de productos de higiene bucodental de SEPA.

El Periodontograma de Sepa permite registrar todos los datos de exploración period.

Portada

Etiquetas

Los neurólogos alertan del infradiagnóstico de la narcolepsia y del síndrome de las piernas inquietas



Agencias

Domingo, 22 de septiembre de 2024, 10:53 h (CET)

MADRID, 22 (SERVIMEDIA)

La Sociedad Española de Neurología (SEN) alertó de que la narcolepsia y el síndrome de las piernas inquietas, dos patologías neurológicas que suponen dos de los trastornos del sueño más comunes entre la población, están altamente infradiagnosticadas porque, en su conjunto, podrían afectar a más de dos millones de personas en España, pero solo 200.000 estarían diagnosticados.

La organización enmarcó la advertencia en el Día Mundial de la Narcolepsia, que se celebra este domingo y en el Día del Síndrome de las Piernas Inquietas, que es este lunes. Según datos de la SEN, 25.000 personas padecen narcolepsia en España y, a pesar de que los síntomas más frecuentes de esta patología son identificativos, se estima que hasta un 60% de la población española y hasta un 85% de la población mundial estaría sin diagnosticar.

La coordinadora del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la SEN, Ana Fernández Arcos, describió que la Narcolepsia es un trastorno del sueño crónico que se caracteriza porque los pacientes experimentan fuerte somnolencia durante el día. En algunos pacientes, también “puede acompañarse de ataques repentinos e incontrolables de sueño”. Del mismo modo, es común que, por la noche, el sueño sea “insatisfactorio con múltiples despertares y sean frecuentes las pesadillas”, añadió la coordinadora.

Así, la SEN resaltó que una de las principales razones que explica la falta de diagnóstico de esta patología es que es una enfermedad que se desarrolla gradualmente y hasta que no se produce una progresión en la gravedad de los primeros síntomas o se desarrollen otros adicionales más graves, como la cataplejía, no se suele consultar.

SÍNDROME DE LAS PIERNAS INQUIETAS

Pepsi, ahora por s Pepsi.es

¿que ahora Pepsi está a 1€?
Efectivamente

- | | |
|------------------------|---|
| A Ahorramas |  |
| Calle Real, 31, San... | CÓMO LLEG |
| B Ahorramas |  |
| Avenida del Juncal... | CÓMO LLEG |
| C Ahorramas |  |
| Calle de Silvio... | CÓMO LLEG |

Lo más leído

- [¿Qué derechos humanos se habrían infringido en la polémica reelección presidencial en Venezuela? Y qué dice el Derecho Internacional al respecto](#)
- [Bioparc y su lavado de imagen respecto a la "conservación" del rinoceronte y otras especies](#)
- [Cinco estrategias clave para avanzar en la descarbonización de las grandes ciudades](#)
- [Productos Farmasi, todo lo que debes saber](#)
- [Toyota C-HR Plug-in Hybrid 220 con sistema de "geofencing"](#)

Noticias relacionadas

Pesadillas fiscales y sueños monetarios

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

IAG pide más control en los pasaportes en los aeropuertos

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

Por otra parte, hay alrededor de dos millones de personas que tienen el síndrome de las piernas inquietas en España y hasta un 90% podrían estar sin diagnosticar, según afirmó la SEN.

La vocal del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la SEN, Celia García Malo, relató que esta patología es otro trastorno del sueño crónico caracterizado por provocar en los pacientes la necesidad de mover las piernas durante el reposo.

A la hora de dormir, los pacientes experimentan sensaciones “desagradables” generalmente en las piernas, que pueden ser descritas como hormigueos, picazón o ardor en las extremidades que solo disminuyen con el movimiento, imposibilitando el descanso.

Igualmente, como en la narcolepsia, en el inicio de la enfermedad, los síntomas se suelen manifestar de forma muy discreta y esporádica, “lo que hace que muchas personas no consulten sus síntomas hasta que la enfermedad ya ha evolucionado”, añadió García Malo, incidiendo también en el infradiagnóstico.

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.

TE RECOMENDAMOS



Millones con IA

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



Millones con IA

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



Vuelve seguro a la rutina

Haz un control gratuito a tu vehículo y llévate 20% descuento en frenado



En IKEA bajamos los precios

Diseña tu nueva cocina desde los más de 50 puntos de contacto IKEA

Salud

Etiquetas | Piernas | Síndrome | Día mundial | Trastornos | Sueño | Diagnóstico | Patologías

Día Mundial del Síndrome de Piernas Inquietas: uno de los trastornos del sueño más comunes entre la población española

Unos 2 millones de personas lo padecen en España y hasta un 90% podrían estar sin diagnosticar



Francisco Acedo

Lunes, 23 de septiembre de 2024, 08:42 h (CET)

@Acedotor

El 23 de septiembre se conmemora el Día Mundial del Síndrome de las Piernas Inquietas, una patología neurológica que supone de los trastornos del sueño más comunes entre la población española. Está altamente infradiagnosticada: en su conjunto, podrían afectar a más de 2 millones de españoles, pero solo unos 200.000 estarían diagnosticados.



Unos 2 millones de personas padecen el síndrome de las piernas inquietas en España y hasta un 90% podrían estar sin diagnosticar

Aún más habitual que la narcolepsia es el síndrome de las piernas inquietas y, sin embargo, el porcentaje de personas sin diagnosticar en España es aún más alto: podría llegar al 90%. La Sociedad Española de Neurología (SEN) calcula que hasta un 10% de la población adulta y hasta un 4% de los niños y adolescentes padecen el síndrome de piernas inquietas, lo que significaría que más de 2 millones de personas la padecen, a pesar de que solo estarían

Lo más leído

- [¿Qué derechos humanos se habrían infringido en la polémica reelección presidencial en Venezuela? Y qué dice el Derecho Internacional al respecto](#)
- [Bioparc y su lavado de imagen respecto a la "conservación" del rinoceronte y otras especies](#)
- [Cinco estrategias clave para avanzar en la descarbonización de las grandes ciudades](#)
- [Productos Farmasi, todo lo que debes saber](#)
- [Toyota C-HR Plug-in Hybrid 220 con sistema de "geofencing"](#)

Noticias relacionadas

21 de septiembre: Día Mundial de la enfermedad de Alzheimer

Este sábado, 21 de septiembre, es el Día Mundial de la enfermedad de Alzheimer que, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), afecta en España a más de 800.000 personas. La enfermedad de Alzheimer es la causa más común de demencia – es la responsable de entre el 50 y 70% de los casos totales de demencia- y junto a otros tipos como la demencia vascular, la frontotemporal, o la de cuerpos de Lewy, afectan ya -al menos- a 1 de cada 10 personas mayores de 65 años.

La apnea del sueño afecta a más de siete millones de españoles

La apnea obstructiva del sueño (AOS) afecta a más de siete millones de españoles, una cifra que ha aumentado un 45% en la última década. Así lo

diagnosticadas menos de 200.000.

“El síndrome de piernas inquietas, también conocido como enfermedad de Willis-Ekbom, es otro trastorno del sueño crónico caracterizado por provocar en los pacientes la necesidad de mover las piernas durante el reposo. A la hora de dormir o de relajarse, los pacientes experimentan sensaciones desagradables generalmente en las piernas, que pueden ser descritas como hormigueos, picazón o ardor en las extremidades que solo disminuyen con el movimiento, imposibilitando el descanso”, comenta la Dra. Celia García Malo, Vocal del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la Sociedad Española de Neurología. “Y al igual que ocurre con la narcolepsia, en el inicio de la enfermedad, los síntomas se suelen manifestar de forma muy discreta y esporádica, lo que hace que muchas personas no consulten sus síntomas hasta que la enfermedad ya ha evolucionado”.

En España también se han dado casos de retrasos de más de 10 años en el diagnóstico del síndrome de piernas inquietas. Y estos retrasos, sobre todo, se suelen producir en la edad pediátrica, cuando la presencia de estas molestias en las extremidades pueden ser achacadas a aspectos ligados al crecimiento o a otros trastornos como la hiperactividad. En edad adulta, los síntomas de esta enfermedad se pueden confundir con facilidad con problemas reumáticos o trastornos circulatorios.

El síndrome de piernas inquietas afecta seriamente a la calidad de vida de quienes lo padecen. Hasta un 60% de estas personas encuentran dificultad para sentarse o incluso relajarse. Además, la falta de sueño repercute en la capacidad de concentración y en el estado de ánimo de los pacientes, que suelen mostrar altas tasas de depresión. Además, el insomnio que padecen las personas que presentan síndrome de piernas inquietas a menudo es incorrectamente tratado con algunos fármacos sedantes ampliamente utilizados, pero que pueden empeorar sus síntomas, acentuando aún más el trastorno del sueño.

Alrededor de un 25% de los pacientes comienzan a experimentar los síntomas de la enfermedad en la infancia o en la adolescencia y es en este grupo de población donde se pueden dar los casos más graves, tras años de evolución de la enfermedad. En todo caso se trata de una enfermedad cuya prevalencia aumenta con la edad, sobre todo en la población mayor de 45 años y en las mujeres y, por lo tanto, y debido al envejecimiento de la población, su prevalencia seguirá en aumento en los próximos años.

“El síndrome de las piernas inquietas se puede desarrollar a cualquier edad. Generalmente tiene un curso fluctuante, con épocas mejores y épocas peores. Todas las situaciones que impliquen una alteración/reducción de los depósitos de hierro son factor de riesgo para que la enfermedad empeore o debute, por esta razón es el doble de frecuente en mujeres, que sufrimos mayores pérdidas de hierro a lo largo de nuestra vida por la menstruación, embarazos o lactancia”, señala la Dra. Celia García Malo. “Identificar la posible causa- si es que la hubiera- es el primer paso para el tratamiento de esta enfermedad. En todo caso, lo más importante del objetivo del diagnóstico es poder elegir el tratamiento más adecuado y con mejor perfil de seguridad para cada paciente,

advierte la Sociedad Española de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello (SEORL-CCC) con motivo del Día Nacional de la apnea del sueño, que se celebra este 20 de septiembre.

con el fin de evitar efectos secundarios o complicaciones a largo plazo. Afortunadamente, disponemos de varias familias de fármacos que resultan efectivas, incluida la suplementación con hierro cuando está indicada. La mayor parte de los pacientes experimentan gran mejoría en su calidad de vida y en su sueño, y eso repercute muy positivamente en su salud global”.

“Ante la sospecha de que se pueda estar experimentando síntomas de alguna de estas dos enfermedades o de cualquier otra que curse con trastornos del sueño, recomendamos buscar atención médica para obtener un diagnóstico preciso y poder recibir el tratamiento adecuado”, concluye la Dra. Ana Fernández Arcos. “Entre las personas con problemas de sueño existe un altísimo porcentaje de personas sin diagnóstico que, en muchas ocasiones, se automedican con tratamientos que no solo no son los adecuados, sino que además pueden agravar el problema”.

TE RECOMENDAMOS



Millones con IA

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



Millones con IA

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



Tarifa de principios

Fibra 500Mb, 59GB acumulables, Netflix, Prime y Max por 53,90€/mes



Los colchones de IKEA.

Hechos con la mejor calidad para que nada te quite el sueño.

Día Mundial de la Narcolepsia 2024



por Ana De Miguel Reinoso | Sep 22, 2024 | Día de..., Discapacidad cognitiva, Discapacidad orgánica | 0 Comentarios

Hola Titánicos, cada 22 de septiembre se conmemora el día Mundial de la Narcolepsia, un [trastorno del sueño](#) que afecta a un gran porcentaje de la población, afectando negativamente en la calidad de vida del los pacientes y sus familiares.

*La Sociedad Española de Neurología (SEN) estima que en España hay **unas 25.000 personas** que padecen esta enfermedad.*

Una enfermedad a la que dedicaremos el artículo de hoy ya que es bastante desconocida a pesar de afectar considerablemente en el día a día de la persona que lo padece y sus familiares mas cercanos.

La narcolepsia es un trastorno crónico del sueño que se caracteriza por una somnolencia extrema durante el día y ataques repentinos de sueño.

Las personas que padecen narcolepsia a menudo tienen dificultades para mantenerse despiertos

durante períodos largos, sin importar las circunstancias, ya que la narcolepsia puede provocar alteraciones graves en la rutina.

En ocasiones, la narcolepsia puede estar acompañada por una pérdida repentina del tono muscular (cataplejía), que puede producirse por una emoción intensa.



La narcolepsia es un trastorno crónico que no tiene cura, sin embargo, los síntomas se pueden controlar con medicamentos y cambios en el estilo de vida.

El apoyo de los demás, como la familia, los amigos y los maestros, pueden ayudar a afrontar la narcolepsia.

Y es que el 50% de los pacientes con narcolepsia tienen dificultad para dormir bien por la noche; el 20% sufre de pesadillas, parálisis el sueño y alucinaciones; el 80% presenta conductas anormales durante el sueño y un 20% padece [trastornos alimentarios](#), con tendencia a la .

No obstante, es una enfermedad que cursa principalmente con somnolencia diurna excesiva y cataplejía y hasta un 60% de los pacientes con narcolepsia tiene asociado un segundo trastorno del sueño.

La cataplejía aparece en un 60-90% de los pacientes con narcolepsia, es el segundo síntoma más frecuente y específico de la narcolepsia

Algo que se describe como episodios repentinos de debilidad muscular bilateral causados por emociones como la risa, el llanto o la vergüenza.

¿CUALES SON LOS DIFERENTE TIPOS DE NARCOLEPSIAS?

- Narcolepsia de tipo 1: La narcolepsia acompañada de cataplejía.
- Narcolepsia de tipo 2: La narcolepsia que ocurre sin cataplejía.



¿CUALES SON LOS SÍNTOMAS MÁS CARACTERÍSTICOS DE LA NARCOLEPSIA?

Los signos y síntomas de la narcolepsia pueden empeorar en los primeros años y continuar de por vida. Algunos ejemplos son los siguientes:

- **Somnolencia excesiva durante el día:** Las personas que padecen narcolepsia se quedan dormidas sin aviso previo, en cualquier lugar y momento. Por ejemplo, es posible que estés trabajando o hablando y de repente te duermas durante algunos minutos.

Cuando te despiertes, te sentirás descansado, pero más adelante volverás a sentir sueño, disminuyendo el estado de alerta y la concentración durante el día.

La somnolencia excesiva durante el día es el primer síntoma que aparece y el que causa más problemas, ya que dificulta la concentración y la función normal.

- **Pérdida repentina del tono muscular:** Este trastorno, llamado **cataplejía**, puede provocar varios cambios físicos, desde problemas en el habla hasta debilidad absoluta en la mayoría de los músculos, y puede durar unos cuantos minutos.

Hay que tener en cuenta que la cataplejía no se puede controlar y es provocada por las emociones intensas, por lo general positivas como la risa o la emoción, pero en ocasiones también aparece con el miedo, la sorpresa o el enojo.

Por ejemplo, cuando te ríes, es posible que tu cabeza caiga sin control o se te doblen las rodillas de repente.

- **Parálisis del sueño.** Aquellos que sufren narcolepsia a menudo experimentan una incapacidad temporal para moverse o hablar mientras se quedan dormidos o al despertar.

Estos episodios suelen ser breves, ya que



generalmente duran unos segundos o minutos, pero provocan miedo. Es probable que seas consciente del trastorno y no tengas problemas para recordarlo después, aún si no tienes control sobre lo que te sucede.

Esta parálisis del sueño imita lo que ocurre con normalidad durante un período del sueño que se conoce como ciclo de movimiento rápido de los ojos (REM), evitando que se mueva para actuar los sueños.

No obstante, no todas las personas que sufren parálisis del sueño tienen narcolepsia. Muchas personas que padecen narcolepsia experimentan algunos episodios de parálisis del sueño.

- **Cambios en el ciclo de sueño con movimiento rápido de ojos (REM):** Durante el ciclo REM es que ocurren, por lo general, los sueños. El ciclo REM puede presentarse en cualquier momento del día o la noche para las personas que padecen narcolepsia.

Aquellos que tienen narcolepsia a menudo llegan rápido al ciclo REM, generalmente unos 15 minutos después de quedarse dormidos.

- **Alucinaciones:** Estas alucinaciones se conocen como alucinaciones **hipnagógicas** si ocurren cuando te estás quedando dormido, o alucinaciones hipnopómpicas si suceden al despertar. Un ejemplo es la sensación de que hay un extraño en la habitación.

Estas alucinaciones pueden ser muy vívidas y terroríficas, ya que no estás dormido por completo cuando empiezas a soñar y experimentas los sueños



como si fueran realidad.

Otras características:

Las personas con narcolepsia pueden tener otros trastornos del sueño, como apnea obstructiva del sueño (un trastorno donde la respiración comienza y se detiene durante toda la noche), el síndrome de piernas inquietas e incluso insomnio.



Algunas personas con narcolepsia experimentan un comportamiento automático durante los breves episodios de dicho trastorno.

Por ejemplo, puedes quedarte dormido mientras llevas a cabo una tarea que realizas generalmente, como escribir a mano o en la computadora, o manejar, y continúas realizando la actividad mientras duermes.

Cuando te despiertas, no puedes recordar lo que hiciste y es probable que no lo hayas hecho bien.

Con motivo de estos síntomas, es además muy frecuente que los pacientes tengan problemas para concentrarse o de memoria y que también pueda verse influida la velocidad de procesamiento de la información y ciertas funciones ejecutivas, sobre todo la fluidez verbal.

Hasta un 50% de los pacientes con narcolepsia tiene quejas de pérdida de memoria

Por otro lado, no hay que olvidar la elevada prevalencia de los diferentes trastornos [depresivos](#) y [ansiosos](#)

entre los pacientes, algo muy normal debido a sus síntomas.



¿CUAL ES LA POSIBLE CAUSA DE LA NARCOLEPSIA?

Aunque el origen de la narcolepsia no está un del todo claro, los estudios recientes señalan que la narcolepsia puede deberse a [trastorno autoinmune](#), debido a una combinación de predisposición genética con factores ambientales.

En todo caso, la gran mayoría de los casos tienen una causa desconocida y no existen antecedentes familiares.

Solo en menos del 5% de los casos se ha encontrado algún vínculo familiar o se ha asociado a algún otro tipo de trastorno cerebral.la enfermedad puede darse a cualquier edad, generalmente comienza en adolescentes o adultos jóvenes, existiendo un pico de incidencia a los 15 y a los 36 años.

Además, es una enfermedad que se desarrolla paulatinamente, ya que en la mayoría de los casos, la somnolencia diurna excesiva suele ser el primer síntoma y la cataplejía se desarrolla más tarde.

Aunque hay que tener en cuenta que es muy común que durante los primeros años después de la aparición de los primeros síntomas, haya una progresión en la gravedad de los síntomas existentes.



¿CUALES SON LOS POSIBLES FACTORES DE RIESGO?

Se conocen pocos factores de riesgo para la narcolepsia, entre ellos, los siguientes:

- **La edad.** Por lo general, la narcolepsia comienza en personas de entre 10 y 30 años de edad.
- **Antecedentes familiares.** El riesgo de padecer narcolepsia es de 20 a 40 veces mayor si tienes un familiar que tiene narcolepsia.

¿CUALES SON LAS POSIBLES COMPLICACIONES DE LA NARCOLEPSIA?

- **Mal entendimiento público de la enfermedad:** La narcolepsia te puede provocar problemas graves en lo profesional y lo personal. Otros podrían percibirte como perezoso o letárgico. Puede que tu desempeño escolar o laboral decaiga.
- **Interferencia en las relaciones íntimas:** Los sentimientos intensos, como la ira o la felicidad, pueden desencadenar signos de narcolepsia como la cataplexia, lo que hace que los afectados eviten las

interacciones emocionales.

- **Daño físico:** Los ataques de sueño pueden provocarles daños físicos a las personas con narcolepsia. Si tienes un ataque mientras conduces, tienes un mayor riesgo de tener un accidente automovilístico. Si te duermes mientras estás preparando la comida, tienes un mayor riesgo de sufrir cortes y quemaduras.



- **Obesidad:** Las personas con narcolepsia tienen una mayor tendencia al sobrepeso. El aumento de peso puede relacionarse con tener un metabolismo lento.

Espero que os haya gustado o parecido interesante este artículo, en tal caso no dudéis en compartirlo con otros Titanes que penséis que les puede servir de ayuda, para así poder dar visibilidad a esta enfermedad entre todos y ayudar a más **Gente Titánica**.

Aunque esta información ha sido revisada y contrastada, el contenido es meramente orientativo y no tiene valor terapéutico ni diagnóstico.

Desde Somosdisca te recomiendo que, ante cualquier duda relacionada con la salud, acudas directamente a un profesional médico del ámbito sanitario que corresponda.

Fuente: www.somosdisca.es

Puedes seguirnos a través de:



ÚLTIMAS NOTICIAS

EN DIRECTO

PORTADA SALUD

La pesadilla de sufrir el síndrome de las piernas inquietas: "Hay gente que llora de la desesperación"



Celia Molina

23/09/2024

07:05h.



ÚLTIMOS

TENDENCIAS

INTERNACIONAL

SALUD

El consumo de vino tinto y chocolate negro reduce el

riesgo de demencia en un 28%

**Investigadores de la
Queen's University de
Belfast descubren un
nuevo aliado contra la
demencia y el Alzheimer**

VIERNES 20 DE SEPTIEMBRE DE 2024

Compártelo

LEÍDO › 1500 VECES

TextAds

Servicios de asesoramiento vitivinícola y enológico

<https://vinic.es/>

Consultoría enológica dirigida a empresas del sector vitivinícola, especialistas en la creación, dirección y gestión de viñedos y bodegas.

Mejores Bodegas para Visitar en La Rioja | Enoturismo Spain

<https://bit.ly/3Xd15af>

Descubre las mejores bodegas para hacer enoturismo en La Rioja sin pagar comisiones. ¡Reserva Directa con la Bodega!

TENDENCIAS





Un estudio reciente de la Queen's University de Belfast (Irlanda del Norte) ha revelado que el consumo regular de alimentos ricos en flavonoides, como el vino tinto y el chocolate negro, puede reducir el riesgo de desarrollar demencia, incluyendo el Alzheimer, en un 28%. Publicado en la revista JAMA Network Open, la investigación analizó los hábitos alimenticios de más de 120.000 adultos de entre 40 y 70 años, recopilados a través del Biobanco del Reino Unido. Los resultados muestran que quienes consumen seis porciones adicionales diarias de alimentos ricos en flavonoides presentan un riesgo significativamente menor de sufrir demencia, siendo esta reducción más marcada en personas con alto riesgo genético o síntomas de depresión.

Los flavonoides son compuestos bioactivos presentes en una amplia gama de alimentos, como frutas (naranjas, manzanas, uvas), bayas (fresas, arándanos), té verde, vino tinto y chocolate negro. Estos compuestos, además de estar asociados con la

Las pérdidas económicas se acumulan en Champagne tras una cosecha

Encuentran a un hombre muerto en cuba de vino en una bodega de Rías Baixas

Nuevas alternativas naturales para combatir la oxidación en

Científicos crean una 'super-uva' para revolucionar la industria vitivinícola

El consumo de vino tinto y chocolate negro reduce el riesgo de demencia en

Descubriendo el Tesoro Oculto: La Magia de los Vinos Rumanos

prevención de la demencia, han mostrado efectos beneficiosos en la mejora de la función cognitiva y la reducción del riesgo de enfermedades crónicas como las cardiovasculares. Los flavonoides actúan combatiendo los radicales libres y reduciendo la inflamación en el cuerpo, lo que también contribuye a una mejor salud vascular y al control de la presión arterial.

La profesora Aedín Cassidy, quien codirige el Centro de Sistemas Alimentarios Sostenibles y el Instituto de Seguridad Alimentaria Mundial de la Queen's University, explicó que los beneficios de estos compuestos fueron observados con mayor claridad en individuos genéticamente predispuestos a desarrollar demencia y en aquellos con depresión. Según Cassidy, una dieta rica en flavonoides podría ser una herramienta clave en la prevención de esta enfermedad, cuya prevalencia sigue aumentando a nivel mundial. Por su parte, la doctora Amy Jennings, coautora del estudio, resaltó que estos resultados tienen importantes implicaciones para la salud pública, ya que sugieren que modificar la dieta diaria para incluir más flavonoides es una medida sencilla y accesible para reducir el riesgo de demencia.

¿Fin de la era dorada del vino?

Italia recupera el trono del vino, superando a Francia

El futuro del vino europeo ¿qué podemos esperar de Christophe Hansen?

El vino español gana terreno en Polonia, a pesar de la competencia

120 millones de euros para salvar al vino francés

Napa al borde del conflicto: Bodegas vs. Gobierno local por el futuro del

En España, el Alzheimer afecta aproximadamente a 800.000 personas, según datos de la Sociedad Española de Neurología. Representa entre el 60% y el 70% de todos los casos de demencia en el país, y su prevalencia sigue aumentando a medida que la población envejece. Aunque suele ser más común en personas mayores de 65 años, el Alzheimer de inicio temprano también puede afectar a individuos más jóvenes. Este aumento en los casos de Alzheimer plantea retos importantes para el sistema de salud, ya que la enfermedad requiere cuidados especializados de largo plazo, lo que supone una carga considerable tanto para las familias como para las instituciones de atención médica.

El estudio de la Queen's University ofrece una perspectiva alentadora en la lucha contra la demencia. Aunque la edad y los factores genéticos continúan siendo aspectos relevantes en el desarrollo de esta enfermedad, la investigación resalta la importancia de factores modificables como la dieta. Alimentos como las bayas, el té verde y el vino tinto no solo ofrecen beneficios a nivel celular, sino que podrían jugar un papel esencial en el bienestar cognitivo a largo plazo.

**La Casa Real
reconoce la
importancia de la
industria
vitivinícola**

**El vino italiano
que es todo un
éxito en el
mercado mundial**

**Sumilleres de
todo el planeta se
reúnen en Sevilla**

**D.O. Rueda usará
el sello 'Wines
from Spain' para
vender sus vinos
en el extranjero**

[Más Tendencias](#)



Inicio > Lo último > Internacionales

Se conmemora el Día Mundial del Alzheimer con un llamado urgente: «Es hora de actuar»



Foto: EFE

POR PRENSA 4 21/09/2024

[Share on Facebook](#)

[Share on Twitter](#)

[G+](#) [↗](#)

El Día Mundial del Alzheimer, que conmemora su 13ª edición este sábado, busca sensibilizar a la sociedad sobre las demencias y promover una cultura más inclusiva para quienes padecen esta enfermedad. Este año, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y Alzheimer's Disease International (ADI) impulsan la campaña bajo el lema "Es hora de actuar".

El Alzheimer afecta principalmente a las personas mayores de 75 años. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), se estima que entre el 25% y el 30% de quienes superan los 85 años presentan algún tipo de deterioro cognitivo. A pesar de los avances en las investigaciones, la causa exacta de esta patología sigue siendo desconocida.

«La importancia de estas iniciativas radica en la necesidad de un cambio en el enfoque hacia el Alzheimer y otras formas de demencia, impulsando una mayor comprensión social y la creación de un entorno que no solo reconozca a quienes padecen la enfermedad, sino que también les brinde el apoyo necesario para enfrentarla», escribió la OPS en su página web.

Durante todo el mes de septiembre, la OPS ha llevado a cabo diversas actividades de concienciación. Estas acciones incluyen eventos y campañas orientadas a apoyar tanto a las personas con Alzheimer como a sus familias.

En España, la Sociedad Española de Neurología (SEN) señaló que hasta el 80% de los casos de Alzheimer en sus primeras fases no han sido diagnosticados. Según reseñó la agencia de noticias EFE, ante esta situación, resulta «especialmente preocupante» la reciente decisión de la Agencia Europea del Medicamento (EMA) de no autorizar nuevos tratamientos para la fase temprana de la enfermedad.

Publicaciones Relacionadas

LO ÚLTIMO

«Libertad plena e inmediata» para adolescentes detenidos en Venezuela: la exigencia de la ONG Justicia, Encuentro y Perdón

22/09/2024

INTERNACIONALES

Trump descartó postularse a presidente de EE. UU. en 2028 si pierde las elecciones en noviembre

22/09/2024

INTERNACIONALES

Bolivia denunció ante organismos internacionales «actos de desestabilización» vinculados a Evo Morales

22/09/2024

DEPORTES

Vinotinto Fútbol derrotó a Guatemala 7-3 y avanzó a octavos de final de la Copa del Mundo

22/09/2024

INTERNACIONALES

Ecuador realizó nuevo apagón programado en 12 provincias debido a la sequía que afecta al país

22/09/2024

LO ÚLTIMO

María Corina Machado: "Cada día estamos más fuertes y cada día estamos más cerca de liberar a Venezuela"

22/09/2024