



Todos Rivasgroup Presentac



El Mejor Te: Para Encon' Dr. Ford Brew 707 K...



Psicóloga estuvo en c The Other Sid 4,1 M de...



Habla el cirujano qu COPE 1,3 M de...



Ramón en e restaurante JUAN MUÑ... 135 K...



He socializa durante 1 ai Yaiza Lillo 50 K...



V. Completa Cómo entre Aprendemo... 3,8 M de...



Una Terapia Completa c NUDE PROJ... 2,8 M de...



La confesió Anson sobr EL ESPAÑOL 374 K...

room tecnológico - Jornada experiencial Neural y movard

Rivasgroup 83 suscriptores

Suscribirse



0



Compartir



alizaciones hace 6 días

Esta jornada "Una nueva era en neurorrehabilitación: neurología, innovación tecnológica y ndimiento al servicio del paciente", Jesús Porta-Etessam MD PhD FEAN, presidente de la lad Española de Neurología (SEN), destacó la necesidad de evolucionar la rehabilitaci ...más

Prueba YouTube Kids MÁS INFORMACIÓN >

Mohammac Salman: el.. Show Me th... 6,3 M de...

¿Te constru o te destruy Infobae 1,1 M de...

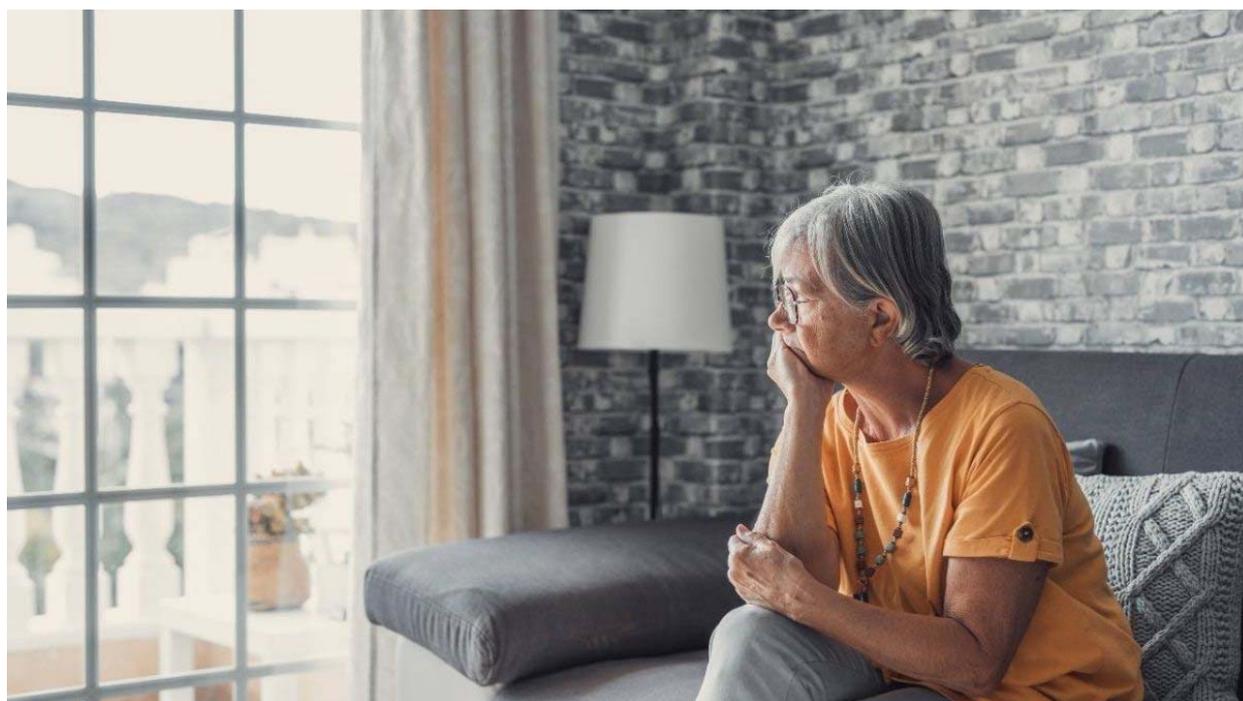
La IMPOSIC del COCHE. Garaje Hermé 322 K... Nuevo

THEOBJECTIVE

Sanidad

Identifican nuevos cambios tempranos en el cerebro de personas en riesgo de alzhéimer

El estudio incluyó a 76 participantes sin deterioro cognitivo, de los cuales 54 tenían antecedentes familiares de la enfermedad



Este hallazgo puede facilitar la detección temprana de la enfermedad. | Shutterstock



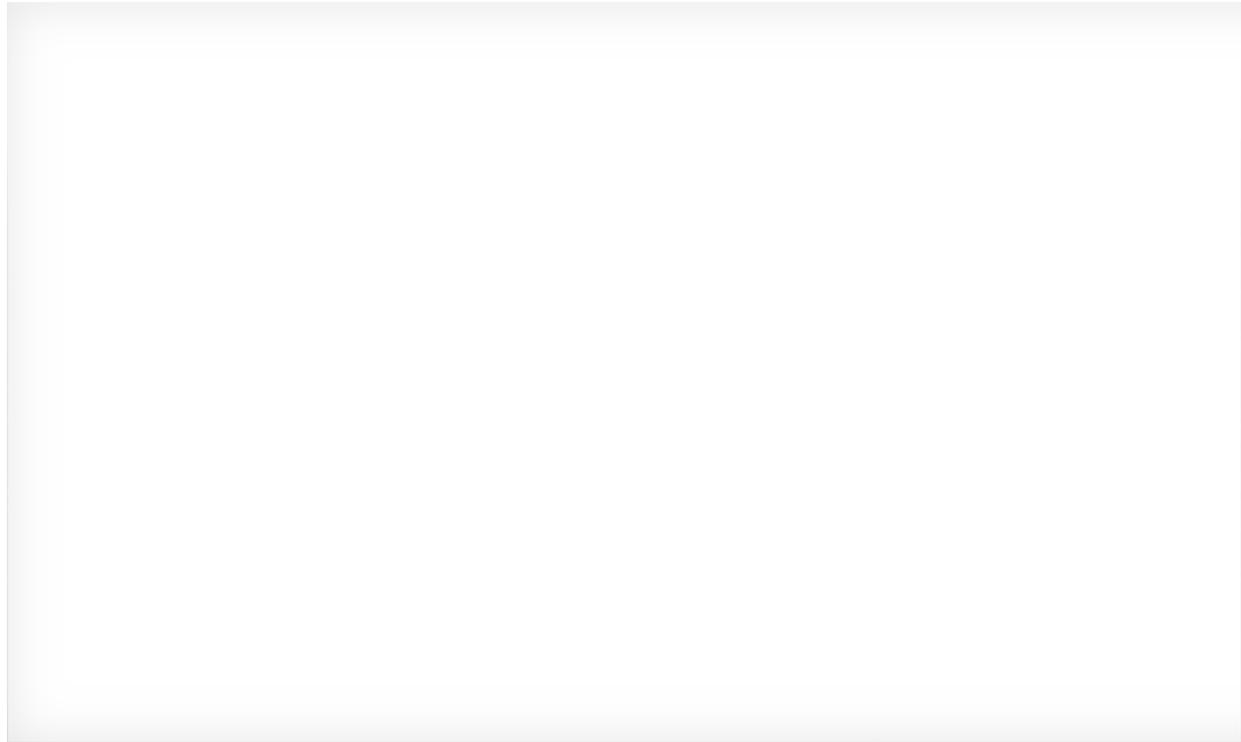
Sinc
@agencia_sinc

Publicado: 22/09/2024 • 04:30

Una investigación internacional liderada por la Universidad Complutense de Madrid (UCM) señala una asociación entre niveles elevados de la **proteína p-tau231** en sangre y cambios en las redes cerebrales de personas sin síntomas cognitivos, pero en riesgo de padecer **alzhéimer**. Este descubrimiento podría facilitar la identificación temprana de alteraciones asociadas a la enfermedad.

El estudio incluyó a **76 participantes sin deterioro cognitivo**, de los cuales 54 tenían antecedentes familiares. Aunque estudios anteriores ya habían apuntado al incremento de esta proteína en sangre y su asociación con la conectividad funcional cerebral, este trabajo aporta como novedad datos electrofisiológicos medidos con magnetoencefalografía –técnica de toma de registro de actividad cerebral no invasiva–.

PUBLICIDAD



Hemos identificado patrones de alteraciones en la topología cerebral en personas cognitivamente sanas con niveles elevados de esta proteína en sangre

Alejandra García Colomo (UCM)

«Hemos identificado patrones de alteraciones en la topología cerebral en personas cognitivamente sanas con niveles elevados de esta proteína en sangre. Estos individuos presentan redes cerebrales más integradas y dependientes de hubs, regiones de alta importancia en la red», destaca **Alejandra García Colomo**, investigadora de la UCM y autora del estudio publicado en *Brain Communications*.



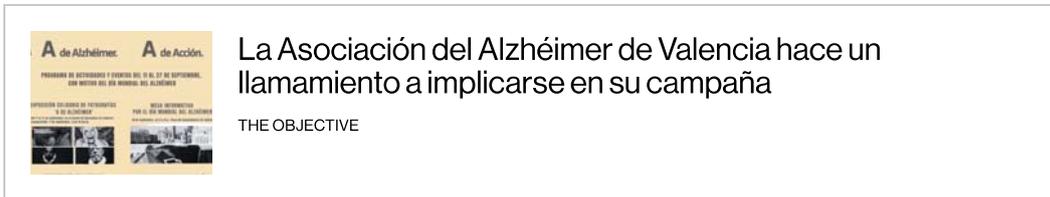
Más del 70% de las personas diagnosticadas de Alzheimer en Navarra son mujeres

THE OBJECTIVE

García Colomo explica a través de una metáfora que, si imaginamos la comunicación de nuestro cerebro como un mapa de conexiones, **el objetivo de este estudio ha sido conocer cómo este mapa cambia en función de la cantidad de proteína p-tau231 en sangre.**

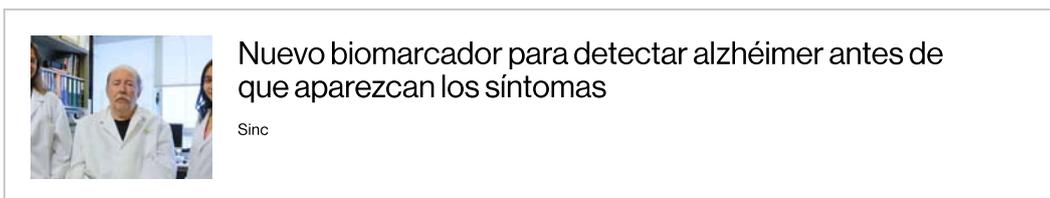
Los inicios de la enfermedad

¿Qué pasa con el mapa de conexiones de personas cognitivamente sanas con indicio de patología? Los investigadores han encontrado alteraciones asociadas a niveles elevados de p-tau₂₃₁ en sangre. En este mapa, **las conexiones están más saturadas, lo cual las hace más vulnerables y favorece su daño.**



«La presente investigación demuestra que incluso antes de que aparezcan los síntomas, **el cerebro de las personas con altos niveles de este biomarcador muestra una organización alterada, aumentando la vulnerabilidad y la dependencia de ciertas áreas clave**», señala García Colomo.

Los resultados pueden ser útiles para desarrollar herramientas de **diagnóstico temprano** del alzhéimer y para evaluar tratamientos antes de que aparezcan los síntomas clínicos.

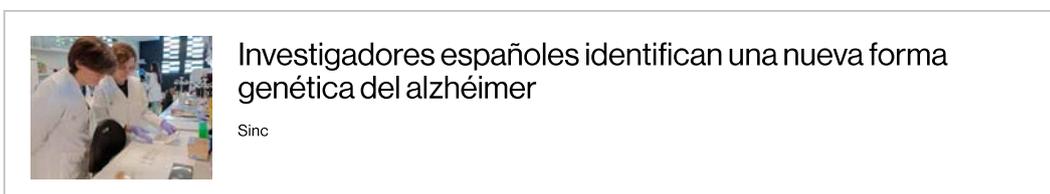


Según los autores, los profesionales de la salud, investigadores y farmacéuticas podrían utilizar esta información para **identificar a individuos en riesgo y monitorear la efectividad de intervenciones tempranas**. Además, el uso de biomarcadores en sangre y técnicas de imagen no invasivas **facilita un acceso más amplio y menos costoso a herramientas de diagnóstico**.

Más de 800 000 afectados en España

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), **el alzhéimer afecta en España a más de 800.000 personas**. La enfermedad es la causa más común de **demencia y la responsable de entre el 50 y 70 % de los casos totales**.

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 y a un 33 % de las mayores de 85 años**. Además, según el último informe del Instituto Nacional de Estadística (INE), **el 8 % del total de defunciones que se produjeron en 2023 en España fueron debidas a las demencias**.



«Las demencias en general, y la enfermedad de Alzheimer en particular, tienen consecuencias devastadoras. No solo en cuanto a mortalidad, sino también en morbilidad y pérdida de calidad de vida, tanto para las personas que la padecen como para sus cuidadores», comenta Raquel Sánchez del Valle, Coordinadora del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la SEN.

Cada año se diagnostican en España unos 40.000 nuevos casos, más de un 65 % en mujeres y en un 90 %, en personas mayores de 65 años. Desde la SEN se estima que existe aún un alto infradiagnóstico de esta enfermedad y, sobre todo, en los casos que aún son leves.



Sinc

@agencia_sinc

Servicio de Información y Noticias Científicas.

AGENCIA SINC

ALZHEIMER

ESPAÑA

INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA (INE)

UNIVERSIDAD COMPA

¿Te ha gustado este artículo? ¡Apóyanos aquí!

Recomendado por  Outbrain



ÚLTIMAS NOTICIAS

EN DIRECTO



ÚLTIMAS NOTICIAS

EN DIRECTO

PORTADA SALUD

Los nuevos fármacos contra el alzhéimer en fase leve y con "eficacia demostrada" no llegan a los pacientes españoles

Redacción digital Informativos Telecinco / Agencia EFE

21/09/2024 13:17h.



Jorge Ignacio Palma Prisión permanente revisable para el asesino de Marta Calvo



ÚLTIMAS NOTICIAS

EN DIRECTO

Especial Alzheimer en Informativos Telecinco, en vídeo. Mediaset 12 meses

12 causas

Los **neurólogos españoles** están decepcionados. La última decisión de la Agencia Europea del Medicamento (**EMA**) de **no autorizar los últimos fármacos** contra el **alzhéimer** en fase temprana priva a los pacientes de un tratamiento de "eficacia demostrada, modesta si se quiere, pero robusta", asegura en una entrevista a EFE con motivo del **Día Mundial del 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.

PUBLICIDAD

es y en muchos sitios no hay neuropsicólogos
 esencia de la proteína amiloide que se acumula
 iéimer. No podemos quedar atrás en el
 i, que es neurólogo en el hospital Santa Creu i
 donado por la Sociedad Española de Neurología
 ermedad.

- | Así es la 'patrulla ciudadana' que busca reducir las desapariciones de personas con alzhéimer
- | 'Alzhéimer', el corto que se adentra en la mirada de una mujer que comparte rutina con su hijo
- | Así funcionan las terapias asistidas con perros que mejoran la calidad de vida de los

Jorge Ignacio Palma Prisión permanente revisable para el asesino de Marta Calvo



ÚLTIMAS NOTICIAS

EN DIRECTO

extendería más allá de aquellos que lo fueran a recibir ya que permitiría hacer diagnósticos más tempranos a los pacientes, explica.

El tratamiento ralentiza el Alzheimer un 27 %

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

Jorge Ignacio Palma Prisión permanente revisable para el asesino de Marta Calvo



ÚLTIMAS NOTICIAS

EN DIRECTO

ALIDAD

Echevarría le
una curiosa
ón a David...

GRAN HERMANO

Un tenso cara a
cara entre Maica y
Laura en los...

Horóscopo para la
semana del 23 de
septiembre: los...

GRAN HERMANO

Gran Hermano: Así
les hemos contado
El debate

| c

G
le
m

"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.

A diferencia que 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**.

Sánchez admite que a todos les gustaría tener datos a cinco o seis años, "pero si no se administra este fármaco no se puede saber que pasa".

Cuidador: "La sanidad pública solo cubre la pastilla"

Eduardo es el cuidador único de su mujer (Luz Divina, 65 años) con diagnóstico de demencia frontotemporal compatible con el alzhéimer desde los 55.

Jorge Ignacio Palma Prisión permanente revisable para el asesino de Marta Calvo



ÚLTIMAS NOTICIAS

EN DIRECTO

muy consciente de lo que recibe".

Pero Eduardo lo que echa de menos en esta enfermedad es la falta de información desde el ámbito sanitario. Y es que, dice, "recursos hay, pero no se informa".

Eduardo explica que hay asociaciones privadas de familiares de pacientes con alzhéimer y centros donde se puede hacer terapia no farmacológica, pero todo esto no está financiado: "La **sanidad pública** no cubre nada, solo la pastilla y el tratamiento psiquiátrico si consideran que hay que dar calmantes o modificadores de conducta".

Suscríbete a las [newsletters de Informativos Telecinco](#) y te contamos las noticias en tu mail

Síguenos en [nuestro canal de WhatsApp](#) y conoce toda la actualidad al momento

TEMAS

Alzheimer

Enfermedades

Actualidad

Te Recomendamos

Enlaces Promovidos por Taboola

Alivia el tinnitus haciendo esto una vez al día: es increíble

Audicil

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

piellibredemancha.es

La regla de los 3 minutos: cómo un libro cambió mi vida

65YMAS.COM

ASOCIACIONES DE MAYORES

La PMP reclama un nuevo Plan Integral de Alzheimer y otras demencias

65YMAS

LUNES 23 DE SEPTIEMBRE DE 2024

5 MINUTOS

Su vigencia está ya vencida desde el ejercicio 2023 y no supuso grandes avances



► Motivos para la esperanza: estos son los últimos avances contra el alzhéimer

En el marco del **Día Mundial del Alzheimer**, celebrado como cada año el 21 de septiembre, tanto la **Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP)**, como la **Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG)** y otras organizaciones colaboradoras han emprendido iniciativas y lanzado mensajes con el objetivo de continuar concienciando y mejorando el conocimiento sobre esta enfermedad.

Así, el Grupo de Psicología del Envejecimiento de la SEGG ha realizado una acción divulgativa sobre la **intervención del profesional de la**



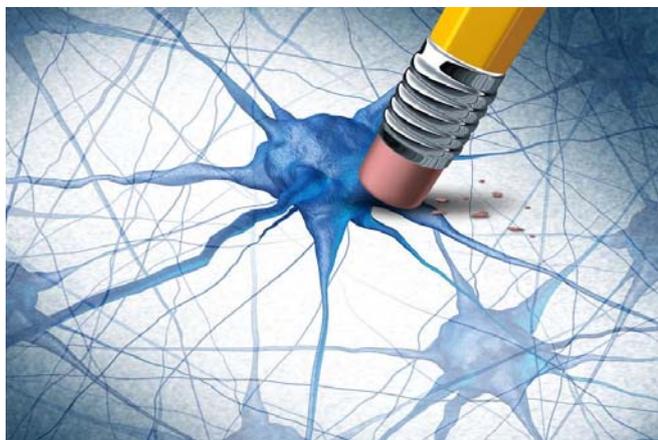
The logo for 65YMAS.COM is displayed in a white, stylized, handwritten font on an orange rectangular background. The text is positioned in the top left corner of a header bar that also contains two empty white rectangular boxes to its right.

profesionales imprescindibles en los equipos multidisciplinares de las residencias de personas mayores. Se trata de una serie de videos en los que las integrantes del grupo de trabajo exponen cada punto de intervención mediante sencillos y cercanos mensajes que se están difundiendo en las redes sociales de la SEGG.

En lo que respecta a la **Confederación Española de Alzheimer y otras demencias (CEAFA)** ha elegido el lema **‘Somos específic@s’**, con el cual pretende, concienciar primero y exigir después, que las Administraciones Públicas del país tengan en consideración la entidad de la demencia en tanto que condición que 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. Para ello, han elaborado **un documento con sus reivindicaciones y exigencias** para garantizar los derechos de las personas afectadas por esta condición.

Por su parte, la Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP) ha urgido a **“combatir el estigma y la desinformación que rodean a la demencia”**, siendo esta la primera causa de discapacidad en personas mayores y la enfermedad que genera mayor dependencia, sobrecarga económica y estrés psicológico en las personas cuidadoras, principalmente mujeres. Se estima que en España aumentarán un 83% estos casos de ahora a 2050 y la Sociedad Española de Neurología sitúa en

desapercibidos al sistema sanitario.



A pesar de esta realidad, la enfermedad de Alzheimer aún **no recibe la misma prioridad política y social que otras enfermedades crónicas no transmisibles**, así que la PMP ha llamado a “construir políticas de salud más eficaces para hacer frente a esta realidad”. Además, ha recalcado que impulsar acciones concretas para mejorar la vida de las personas mayores que padecen esta enfermedad y sus entornos; reforzar el diagnóstico precoz; ofrecer apoyos y promover políticas públicas inclusivas que creen conciencia sobre la prevención, el diagnóstico en edades tempranas y el apoyo integral; es una necesidad urgente.

Por estos motivos, la PMP ha instado al Gobierno y al conjunto de los representantes políticos a “consolidar **una política de Estado ante una problemática social** que trasciende al ámbito familiar y necesita de una intervención comunitaria y de una política integral con metas concretas como la creación de un registro de pacientes, un acceso más equitativo a terapias de rehabilitación cognitiva o la

65YMAS.COM

En este sentido, ha hecho un llamamiento a establecer un nuevo **Plan Integral de Alzheimer y otras demencias**, vencida su vigencia ya desde el ejercicio 2023 y que no supuso grandes avances; que cuente con una dotación presupuestaria y recursos suficientes previstos en los próximos Presupuestos Generales del Estado y de un liderazgo y compromiso político sólidos para su impulso.

Finalmente, bajo el lema '**30 días, 30 gestos**', el **Centro de Referencia Estatal de Atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias del Imerso (CRE Alzheimer)** ha venido realizando durante todo el mes de septiembre diferentes actividades que pretenden fomentar el modelo de atención centrada en la persona y la promoción de la autonomía y la vida activa, así como la innovación y difusión del conocimiento de una situación que afecta a 50 millones de personas en todo el mundo y a un millón en España, además de a quienes conforman su entorno.

Sobre el autor:

65ymas[... saber más sobre el autor](#)

Relacionados

CEOMA reclama acabar con las sujeciones físicas y farmacológicas de las personas con Alzheimer

Alzheimer: un desafío global en el cuidado de la salud cerebral

Maragall: "La administración no ha cumplido con ninguno de los objetivos del

PLACERES

Estas almohadas de viscoelástica son sinónimo de dulces sueños y de descanso

Estas son las mejores para tener noches reparadoras y levantarte con la carga de energía al máximo.

POR LIDIA MASERES

23 de septiembre de 2024

Nuestros periodistas recomiendan de manera independiente productos y servicios que puedes comprar o adquirir en Internet. Cada vez que compras a través de algunos enlaces añadidos en nuestros textos, Condé Nast S.L. puede recibir una comisión. Lee [aquí](#) nuestra política de afiliación.

Dormir, como apunta la RAE, es “hallarse en el estado de reposo que consiste en la inacción o suspensión de los sentidos y de todo movimiento voluntario”. Dormir bien, por puntualizar, implica descansar, y para descansar bien son necesarios un buen colchón, una almohada de viscoelástica y unas sábanas gustosas de algodón, lino o seda que mantengan tu temperatura corporal a raya.

Las almohadas de viscoelástica son fundamentales para un sueño reparador. Y del mismo modo que un colchón de calidad implica de una búsqueda exhaustiva y de una inversión considerable, con las almohadas pasa lo mismo aun siendo estas mucho más económicas que la pieza clave de la habitación.

Las mejores almohadas de viscoelástica para dormir:

- Pack de 2 unidades de almohadas viscoelásticas de aloe vera, de Todocama (42,90 euros).
- Almohada viscoelástica, con funda lavable, de MOMMY CONFORT (39,99 euros).
- Almohada para dormir boca abajo para niños, de Pikolín (39,90 euros).
- Almohada de viscoelástica Elite, de Emma (89,90 euros).
- Almohada Medical, de Dormity (82 euros).

En una era, la nuestra, donde en los mejores hoteles existen cartas de almohadas, sino ponen de entrada varias para que el cliente elija la que más le gusta, y en la que los el 48% de los españoles adultos, y el 35% de los niños, según el último estudio de la Sociedad Española de Neurología (SEN), se estima que no tiene un sueño de calidad, el dónde y el cómo hacerlo son cruciales, así como el número de horas al día. “Si bien experimentar cambios puntuales en el sueño es algo normal, cualquier persona que no consiga tener un sueño reparador, a pesar de mejorar sus hábitos, debería consultar con su médico. Aunque lamentablemente los problemas del sueño hayan sido normalizados o culturalmente aceptados, **mejorar el descanso tiene que ser una prioridad para todos porque el sueño es esencial para la salud**”, destaca la doctora Ana Fernández Arcos.





Ryan McVay

Además de dormir las horas suficientes acordes con nuestra edad -los adultos entre 7 y 9 horas al día-, tener un horario de sueño regular y buenos hábitos de alimentación, tener en cuenta dónde lo hacemos es fundamental. Nos referimos al colchón, a la almohada e incluso a la ropa de cama, y todos hemos dormido en casas ajenas donde alguno de los tres factores no era el adecuado y nos hemos cerciorado de su importancia. Haz memoria.

- **Qué tener en cuenta a la hora de comprar una almohada:**

Una mala almohada puede arruinarte el sueño. Podrás ahuecarla, intentar aplanarla, doblarla o incluso ponértela encima de la cabeza, y no debajo, para adaptarte tú a ella y no al contrario... pero si no es buena o mejor dicho, no encaja con tus gustos para dormir y fisionomía podrás darle mil vueltas que no será la tuya. La almohada es importantísima, y de ella depende parte de tu descanso. A la hora de comprar una buena almohada tenemos que tener en cuenta **varios factores:**

1. **La postura** a la hora de dormir (boca arriba, boca abajo o de lado), pues esto determinará el grosor y firmeza (media, firme o muy firme) adecuados.
2. **La almohada deberá** mantener la cabeza, el cuello y la columna vertebral

alineados, casi como si estuvieras de pie.

3. **La medida de la cama.** Sea cual sea esta, la longitud de la almohada debe superar la medida de nuestros hombros.

4. Debe encajar también con **tus gustos.**

- **¿Qué materiales para almohada existen?**

Existen varios tipos, y por nuestra experiencia diremos que las almohadas de viscoelástica son de las mejores y más cómodas, aunque esto último es tan subjetivo como el color favorito. Cada uno tiene su preferida. Así las clasifican desde Pikolín:

- Las **almohadas de viscoelástica** son una buena elección para liberar tensiones en la zona del cuello y las cervicales. Este tipo de espuma ayuda a relajar los músculos y favorece un descanso reparador.

- Las **de fibra** se caracterizan por su suavidad, durabilidad y resistencia. Son el complemento perfecto para descansar sobre ellas en cualquier postura.

- Las **de plumón** son muy resistentes y transpirables. Este tipo de material hace que el descanso sea cómodo y confortable.

- Las **almohadas de látex** tienen una gran capacidad de recuperación de la forma y están recomendadas para personas con alergias, gracias a su transpirabilidad y resiliencia.

- **¿Son mejores las almohadas de viscoelásticas?**

Mejores o no, lo cierto es que las almohadas hechas con viscoelástica están compuestas “por una espuma que se adapta perfectamente al cuerpo, amoldándose al mismo y que recuperan su forma original tras dejar de estar apoyado sobre ellas”, destacan desde Pikolín. “Se adaptan perfectamente a cualquier postura”. Las almohadas de fibra, en cambio, “suelen ser más gruesas que las almohadas viscoelásticas, las hay de varias firmezas y como la fibra más común es el poliéster esto hace que se laven y se sequen más fácilmente”, añaden.

- POPULARES:** Noticias (https://inoticias.cl/index.php/categoria/noticias) Tecnología (https://inoticias.cl/index.php/categoria/tecnologia) Internacional (https://inoticias.cl/index.php/categoria/internacional) Economía (https://inoticias.cl/index.php/categoria/Economia) Deporte (https://inoticias.cl/index.php/categoria/deporte) SerieTV (https://inoticias.cl/index.php/categoria/serie-tv) Farándula (https://inoticias.cl/index.php/categoria/farandula) #Chile (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Chile) #Sismo (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Sismo) #River (https://inoticias.cl/index.php/buscar/River) #Libertadores (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Libertadores) #Israel (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Israel) #Central (https://inoticias.cl/index.php/buscar/central) #pais (https://inoticias.cl/index.php/buscar/pais) #heridos (https://inoticias.cl/index.php/buscar/heridos) #Argentina (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Argentina) #Naveillán (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Naveillan)

☀️ Santiago, 17° Cielos nublados con lluvias débiles (https://inoticias.cl/index.php/clima#santiago) Lunes 23 de Septiembre del 2024 10:56:16 AM

WWW.IOFERTAS.CL

(https://inoticias.cl/index.php/redirect/iofertas-cl) Anuncio



✕ [Tours Fondas ...](#)

ÚLTIMAS NOTICIAS

iNoticias.cl



POPULARES: Noticias (https://inoticias.cl/index.php/categoria/noticias) Tecnología (https://inoticias.cl/index.php/categoria/tecnologia) Internacional (https://inoticias.cl/index.php/categoria/internacional) Economía (https://inoticias.cl/index.php/categoria/Economia) Deportes (https://inoticias.cl/index.php/categoria/deporte) Serie TV (https://inoticias.cl/index.php/categoria/serie-TV) Farandula (https://inoticias.cl/index.php/categoria/farandula) #Chile (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Chile) #Sismo (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Sismo) #River (https://inoticias.cl/index.php/buscar/River) #Libertadores (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Libertadores) #Israel (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Israel) #Central (https://inoticias.cl/index.php/buscar/central) #pais (https://inoticias.cl/index.php/buscar/pais) #Heridos (https://inoticias.cl/index.php/buscar/heridos) #Argentina (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Argentina) #Naveillán (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Naveillan)

Santiago, 17° Cielos nublados con lluvias débiles (https://inoticias.cl/index.php/clima#santiago) Lunes 23 de Septiembre del 2024 10:56:16 AM

El marxista Anura Kumara Dissanayake es investido presidente de Sri Lanka tras ganar las elecciones
(https://inoticias.cl/index.php/el-marxista-anura-kumara-dissanayake-es-investido-)

1 MINUTOS INTERNACIONAL (HTTPS://INOTICIAS.CL/INDEX.PHP/CATEGORIA/INTERNACIONAL)



El Marxista Anura Kumara Dissanayake Es Investido Presidente De Sri Lanka Tras Ganar Las Elecciones (Https://Inoticias.Cl/Index.Php/El-Marxista-Anura-Kumara-Dissanayake-Es-Investido-)

(https://

1 MINUTOSINTERNACIONAL (HTTPS://INOTICIAS.CL/INDEX.PHP/CATEGORIA/INTERNACIONAL)



Este Lunes Se Ingresan Acusaciones Constitucionales Contra Los Supremos Ángela Vivanco, Jean Pierre Matus Y Sergio Muñoz (Https://Inoticias.Cl/Index.Php/Este-Lunes-Se-Ingresan-Acusaciones-Constitucionale)

5 MINUTOSNOTICIAS (HTTPS://INOTICIAS.CL/INDEX.PHP/CATEGORIA/NOTICIAS)



Cuándo Es El Próximo Feriado En Chile: ¿Será Fin De Semana Largo? (Https://Inoticias.Cl/Index.Php/Cuando-Es-El-Proximo-Feriado-En-Chile--Sera-Fin-De)

5 MINUTOSNOTICIAS (HTTPS://INOTICIAS.CL/INDEX.PHP/CATEGORIA/NOTICIAS)

(https://



Newsletter

Tu email



Al suscribirte recibirás nuevos artículos en tu correo electrónico.



WWW.IOFERTAS.CL

(https://inoticias.cl/index.php/redirect/iofertas-cl)

Anuncio

Los Nuevos Fármacos Contra El Alzhéimer En Fase Leve No Llegan A Los Pacientes Españoles

2 DÍAS, 5 HORAS, 9 MINUTOS • INFOBAE.COM (HTTPS://INOTICIAS.CL/INDEX.PHP/FUENTE/INFOBAE.COM) • INTERNACIONAL (HTTPS://INOTICIAS.CL/INDEX.PHP/CATEGORIA/INTERNACIONAL)

Los nuevos fármacos contra el alzhéimer en fase leve no llegan a los pacientes españoles



 (https://inoticias.cl/)

POPULARES: Noticias (https://inoticias.cl/index.php/categoria/noticias) Tecnología (https://inoticias.cl/index.php/categoria/tecnologia) Internacional (https://inoticias.cl/index.php/categoria/internacional) Economía (https://inoticias.cl/index.php/categoria/Economia) Deporte (https://inoticias.cl/index.php/categoria/deporte) SerieTV (https://inoticias.cl/index.php/categoria/serie-tv) Farándula (https://inoticias.cl/index.php/categoria/farandula) #Chile (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Chile) #Sismo (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Sismo) #River (https://inoticias.cl/index.php/buscar/River) #Libertadores (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Libertadores) #Israel (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Israel) #Central (https://inoticias.cl/index.php/buscar/central) #pais (https://inoticias.cl/index.php/buscar/pais) #heridos (https://inoticias.cl/index.php/buscar/heridos) #Argentina (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Argentina) #Naveillán (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Naveillan)

 Santiago, 17° Cielos nublados con lluvias débiles (https://inoticias.cl/index.php/clima#santiago) Lunes 23 de Septiembre del 2024 10:56:16 AM

1,043
 Categorías > Fuentes > #Tendencias > Mi Historial >  Concepción 13° Cielos nublados >  Siguenos en whatsapp >

por Infobae.com

Madrid, 21 sep (EFE).- Los neurólogos españoles están decepcionados. La última decisión de la Agencia Europea del Medicamento (EMA) de no autorizar los últimos fármacos contra el alzhéimer en fase temprana priva a los pacientes de un tratamiento de "eficacia demostrada, modesta si se quiere, pero robusta".

Lo explica, en una entrevista a EFE con motivo del Día Mundial del Alzhéimer, 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.

Fortea, que es neurólogo en el hospital Santa Creu i Sant Pau de 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".

"...na decisión que no comparto ni termino de entender", insiste este experto, que puntualiza que se trata de una opinión "ampliamente

Recientemente, el comité asesor de la EMA recomendó que el fármaco 'lecanemab' no se aprobase en la Unión Europa por considerar que el balance favorable" a diferencia de los comités asesores de otras agencias reguladoras que apuestan por la seguridad de estos a los pacientes con riesgo de complicación.



POPULARES: Noticias (https://inoticias.cl/index.php/categoria/noticias) Tecnología (https://inoticias.cl/index.php/categoria/tecnologia) Internacional (https://inoticias.cl/index.php/categoria/internacional) Economía (https://inoticias.cl/index.php/categoria/economia)

Fortea subraya que hay que ajustar la expectativa porque no se trata de fármacos que usen en la mayoría de pacientes, pero es la "primera vez que se ha aprobado un fármaco de esta clase" que elimina la proteína que se acumula en el cerebro de los pacientes con alzhéimer. #Chile (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Chile) #Sismo (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Sismo) #River (https://inoticias.cl/index.php/buscar/River) #Libertadores (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Libertadores) #Argentina (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Argentina) #Naveillán (https://inoticias.cl/index.php/buscar/Naveillan)



Santiago, 17° Cielos nublados con lluvias débiles (https://inoticias.cl/index.php/clima#santiago) Lunes 23 de Septiembre del 2024 10:56:16 AM

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

Categorías > Fuentes > #Tendencias > Mi Historial > Concepción 13° Cielos nublados > Síguenos en whatsapp >

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 pacientes con alzhéimer.

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.

A diferencia que 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.

Sánchez admite que a todos les gustaría tener datos a cinco o seis años, "pero si no se administra este fármaco no se puede saber que pasa".

En 2014, Ludi, profesora en un colegio público de Guardo (Palencia), tuvo una desorientación temporal y espacial mientras iba conduciendo su coche. A partir de ahí, un sinnfín de pruebas confirmaron un problema neuronal que llevó a su marido a "empezar a aprender a vivir con el alzhéimer".

Eduardo tiene claro que el alzhéimer es una "enfermedad familiar" que afecta "tanto al cerebro de paciente como al de los familiares que le acompañan".

En el caso de Ludi el problema frontotemporal lleva asociado un trastorno de la personalidad que trata desde psiquiatría con fármacos. El deterioro de Ludi ha sido muy rápido y en una escala del uno al siete, donde el uno es lo más leve, esta mujer ha escalado al máximo en apenas tres años.

"Ludi sale de casa con los labios pintados, los pendientes a juego y una sonrisa en la cara". Eduardo está convencido de que, aunque no le reconoce, "emocionalmente es muy consciente de lo que recibe".

Pero Eduardo lo que echa de menos en esta enfermedad es la falta de información desde el ámbito sanitario. Y es que, dice, "recursos hay, pero no se informa".

Eduardo explica que hay asociaciones privadas de familiares de pacientes con alzhéimer y centros donde se puede hacer terapia no farmacológica, pero todo esto no está financiado: "La sanidad pública no cubre nada, solo la pastilla y el tratamiento psiquiátrico si consideran que hay que dar calmantes o modificadores de conducta". EFE

bf/ltn

ver noticia completa (https://inoticias.cl/index.php/redirect/los-nuevos-farmacos-contra-el-alzheimer-en-fase-le)

< COMPARTE

f Facebook | Twitter | LinkedIn | Telegram | WhatsApp | Email

17 VISITAS

FUENTE

lunes, 23 de septiembre de 2024

La Tribuna de Cuenca



22°

Kiosko



La Tribuna de Cuenca

CUENCA PROVINCIA REGIÓN ESPAÑA MUNDO DEPORTES OPINIÓN PUNTO Y APARTE GALERÍAS

TARANCÓN

Afad reivindica en su día el «aumento de asistencia»

Juanjo del Toro - lunes, 23 de septiembre de 2024

Bajo el lema 'Somos Específicos', la asociación, junto a colectivos regionales y nacionales, alza la voz para exigir un tratamiento particular para la demencia durante toda la semana en Tarancón



Un Nuevo Vodafone,
a precios de hoy



Fibra + Móvil

Desde

35€/mes

Lo quiero



Miembros de Afad y de la Corporación municipal con López Carrizo a la cabeza, posan junto a la fachada del Consistorio. - Foto: Afad.

Con motivo del día mundial del Alzheimer, la Asociación de Familiares y Enfermos de Alzheimer y otras demencias de Tarancón y Comarca, Afad T&C, arranca hoy la edición número 22 de su semana de concienciación con multitud de actos y que tuvieron como preludeo la entrega de la pancarta anual al Ayuntamiento. Un acto en el que el alcalde, José Manuel López Carrizo, puso en valor la acción de la asociación comarcal como «principal aliado» para que la atención que las instituciones brinden a los usuarios llegue de la mejor manera posible.

«Sois el motor de la calidad de vida de las personas afectadas, eso os hace imprescindibles en la sociedad», apuntó Carrizo en este acto, que contó con la presencia de la directora del centro de día de Afad, Nuria Plaza; el presidente de Afad, Esteban López; así como usuarios del colectivo y otros miembros de la Corporación municipal.



La directora detalló los principales actos que se desarrollan durante esta semana, empezando hoy a las once de la mañana con la lectura del manifiesto en la sala polivalente del Centro Social, en una jornada que estará marcada por la «emotiva misa» en recuerdo de los enfermos fallecidos de Afad y que contará con la presencia del coro de la asociación en el convento de los Padres Franciscanos. «Son unos días muy especiales para nosotros», indica Plaza sobre una asociación que actualmente atiende a 25 personas de las 30 plazas que tiene disponible. Además, añade que realizarán diferentes charlas informativas para que la gente conozca la «gran atención» que tiene el centro ante la «falta de conocimiento» que afirma tener mucha gente de los centros de día.

Del mismo modo, repetirán acciones consolidadas como un flashmob en la plaza del Ayuntamiento a las once de la mañana el jueves, o una comida de socios el domingo a las dos de la tarde para concluir su semana y a la que invitan a participar a todas las personas interesadas bajo previa inscripción.

Un trato justo. Con cerca de un 30 por ciento de infradiagnósticos, según datos de la Sociedad Española de Neurología, las más de 57.000 personas afectadas en la región afirman sentirse los «grandes olvidados», según palabras del presidente de Afad, que hace suyas las exigencias lanzadas a nivel nacional. «Debemos concienciar y exigir a las administraciones que la demencia debe ser atendida de forma específica y no con fórmulas generalistas», indica López, a lo que añade al mismo tiempo una serie de reclamaciones como el derecho a recibir un diagnóstico certero o la garantía de acceso a un tratamiento actual y futuro.

ARCHIVADO EN: Tarancón, José Manuel López, Plaza del Ayuntamiento, José Manuel López Carrizo, Alzheimer, Convento Padres Franciscanos, Neurología

Contenido patrocinado

Recomendado por 

Un descubrimiento sobre el acúfeno deja atónitos a los médicos (deja de hacer eso)

Patrocinado Acufenos Ayuda

Montados, entregados e instalados: en cuanto los recibas

¡Nuestros muebles ya están listos para ser disfrutados!

Patrocinado Tikamoon

Experimente una obra maestra en movimiento.

Patrocinado Nuevo Lancia Ypsilon

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

Patrocinado newsnesthub.pro

Paneles solares casi gratuitos en estas comunidades en 2024

Consulta si tu vivienda unifamiliar es elegible para las ayudas

Patrocinado Ayudas solares 2024

Las personas nacidas entre 1954 y 1982 tienen derecho al seguro de decesos si...

Patrocinado Experts in Money





HOY

Declaración Pedro Sánchez

Ataques Israel - Hezbolá

Papa Francisco

Josep Santacana

V

! Jorge Ignacio Palma Prisión permanente revisable para el asesino de Marta Calvo

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.



Las piernas de una jovenPIXABAY

El síndrome de Willis- Ekbom es un trastorno neurológico del movimiento que genera una imperiosa necesidad de mover las

La mitad de los españoles sufre trastornos del sueño, ¿cómo afrontar este problema de salud pública?

La homeopatía es una opción terapéutica que ha demostrado aumentar significativamente la calidad del sueño



Trastorno del sueño (Foto. Canva)



ANDER AZPIROZ

23 SEPTIEMBRE 2024 | 10:00 H



Archivado en:

TRASTORNOS DEL SUEÑO · HOMEOPATÍA

Los problemas de sueño son cada vez más prevalentes en la sociedad. Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), entre un 20 y un 48% de la población adulta española sufre **dificultades para iniciar o mantener el sueño**. Además, un 10% de estos ya ha sido diagnosticado de un trastorno de sueño crónico y grave, esto se traduce en más de 4 millones de personas en el país.

Numerosos estudios concluyen que un **mal descanso** se relaciona con el riesgo de calcificación de arterias, alteración de la salud cardiovascular, deterioro cognitivo, problemas en el sistema inmune, metabólico y el hormonal, hasta el punto de **incrementar un 20% el riesgo de mortalidad**, según la SEN.

Los médicos homeópatas consideran no solo los síntomas físicos del paciente, sino también sus características emocionales, comportamentales y mentales, como en este caso pueden ser la ansiedad y el estrés

Durante el sueño, el cuerpo se dedica a numerosas **actividades de reparación y regeneración celular**. Los tejidos se reconstruyen, el sistema inmunológico se fortalece y se liberan hormonas esenciales tanto para el crecimiento como para el desarrollo. Además de sus beneficios físicos, el descanso repercute en la salud mental, ya que un reposo adecuado mejora la capacidad cognitiva, la concentración y la memoria. Hasta el punto incluso de que un cerebro bien descansado es más creativo y productivo, lo que se traduce en un mejor rendimiento en el ámbito laboral y académico.

Una de las opciones de tratamiento de estos problemas son los **medicamentos homeopáticos**. Los **médicos homeópatas** consideran no solo los síntomas físicos del paciente, sino también sus características emocionales, comportamentales y mentales, como en este caso pueden ser **la ansiedad y el estrés**, que frecuentemente sean las causas de ese insomnio. A través de una evaluación exhaustiva, buscan identificar los desequilibrios subyacentes que podrían estar contribuyendo la pérdida de calidad en el descanso.

MÁS Y MEJOR DESCANSO

Un **estudio** doble ciego realizado por un equipo de investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad de Arizona en Tucson (Estados Unidos) demostraron que la calidad del sueño **mejoró notablemente en los 54 adultos** de 18 a 31 años de ambos sexos a los que se les administró homeopatía.

Las **polisomnografías**, los diarios de sueño, las escalas de autoevaluación del índice de calidad del sueño de Pittsburgh y las escalas de perfil de estados de ánimo a la hora de acostarse en las noches que se sometían a la polisomnografía permitieron conocer el beneficio de la homeopatía en estas patologías.

Como destacan los autores del estudio, los medicamentos homeopáticos “aumentaron significativamente el **tiempo total de sueño y la calidad** de este mismo”. Además, apuntan que los resultados cosechados son muy similares, aunque no idénticos, a los observados en las pruebas con animales.

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

elfarodehellin.com

Familiares de enfermos de Alzheimer exigen atención especializada.

2-3 minutos



El Faro de Hellín [view more articles](#)

Para atender y abordar esta terrible enfermedad

En la mañana del pasado sábado, día 21, se llevó a cabo los actos conmemorativos del Día Mundial del Alzheimer en el Recinto Ferial, donde acudieron algunos miembros Corporación Municipal, y un buen número de personas, pertenecientes a la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer (AFA), encabezados por su presidenta, Yolanda Juárez, que fue la encargada de leer el manifiesto conmemorativo del día con el lema “Somos específicos” que contiene una serie de propuestas y reivindicaciones de la

Federación de Alzheimer de Castilla-La Mancha (FEDACAM. – CEAFA).

En ellas quieren concienciar primero y exigir después, que las administraciones competentes tengan en consideración que esta demencia debe ser atendida y abordada de manera específica, huyendo de formulas generalistas que vienen a poner parches en las necesidades de las personas, y no ofrecer las soluciones que precisan.

Así, señalan que mientras no exista un fármaco que cure la patología o retrase su avance, el Alzheimer y las demencias seguirá siendo, las grandes olvidadas, con un infra diagnóstico del 30% según la Sociedad Española de Neurología.

Por ello, en este día tan señalado reivindican y exigen que:

1. Se debe de conocer la singularidad y especificidad de la demencia.
Se debe reconocer el derecho de las personas a recibir un diagnóstico “temprano y certero”
2. Se debe de conocer e derecho de acceso al tratamiento actual y futuro.
3. Se debe revisar en profundidad la Ley de Dependencia.
4. Se debe considerar a las asociaciones que integran la Confederación Española de Alzheimer, como aliados privilegiados en la lucha contra el Alzheimer y en la promoción de la calidad de vida de personas afectadas.



Guías de Salud

Dietas Fitness Cuidamos tu salud Vida Equilibrium

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?

A ón Primaria N ogía

Hasta un 85% de la población mundial padece narcolepsia sin diagnosticar, según la SEN

En el marco de las Días Mundiales de la Narcolepsia y del Síndrome de Piernas Inquietas, la SEN querido recordar la importancia de detectar los primeros síntomas de estos trastornos del sueño, ambos altamente infradiagnosticados.



23/09/2024

El domingo, 22 de septiembre, y el lunes, 23 de septiembre, se conmemoran, respectivamente, los días mundiales de la Narcolepsia y del Síndrome de las Piernas Inquietas, dos patologías neurológicas que, además de que suponen dos de los trastornos del sueño más comunes entre la población española, están altamente infradiagnosticadas; en su conjunto, podrían afectar a más de 2 millones de españoles, pero solo unos 200.000 estarían diagnosticados.

Unas 25.000 personas padecen narcolepsia en España y un 60% están sin diagnosticar

Según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN) unas 25.000 personas padecen narcolepsia en España y, 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 estaría sin diagnosticar.

"La narcolepsia es un trastorno del sueño crónico que se caracteriza porque los pacientes experimentan una fuerte somnolencia durante el día. En algunos pacientes, puede acompañarse de ataques repentinos e incontrolables de sueño. Además, en algunos casos puede aparecer un síntoma denominado cataplejía, consistente en la pérdida repentina del tono muscular, que puede manifestarse bien como una debilidad muscular leve hasta una pérdida total del control muscular y que generalmente se desencadena cuando el paciente experimenta emociones fuertes como la risa, la sorpresa o el enfado", explica la Dra. Ana Fernández Arcos, Coordinadora del Grupo de Estudio de Trastornos de la Vigilia y Sueño de la Sociedad Española de Neurología. "Otros síntomas habituales de esta enfermedad, principalmente al quedarse dormido o inmediatamente después de despertarse, son las alucinaciones (generalmente visuales y/o olfativas) y la parálisis del sueño (estar despierto y reconocer todo lo que ocurre a su alrededor pero sin poder moverse). 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".

Una de las principales razones que explica la falta de diagnóstico de la narcolepsia es que es una enfermedad que se desarrolla gradualmente y hasta que no se produce una progresión en la gravedad de los primeros síntomas -generalmente la enfermedad suele debutar con somnolencia diurna- y/o se desarrollen otros síntomas adicionales más llamativos, como la cataplejía o los ataques de sueño repentinos, no se suele consultar. Además, y aunque la narcolepsia puede debutar a cualquier edad, es más común que se inicie en la adolescencia o al comienzo de la edad adulta, en la que los síntomas pueden achacarse erróneamente a factores hormonales, cambios en el estilo de vida, o a otras enfermedades más comunes.

"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 Dra. Ana Fernández Arcos. "Otro de los errores más habituales es que a las personas que padecen narcolepsia sean evaluados por especialistas de Psiquiatría y sean diagnosticados de depresión. Debemos destacar que el uso de fármacos antidepressivos puede ser útil en la mejoría de algunos síntomas de la narcolepsia, por lo que, esa buena respuesta al tratamiento aún hace que el diagnóstico de narcolepsia sea de nuevo demorado".

En España, se han visto retrasos en el diagnóstico de hasta 10 años, pero mundialmente, el tiempo medio para la obtención de un diagnóstico desde el inicio de los síntomas es de entre 8 a 15 años. *"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 calidad de vida. Y también para prevenir la comorbilidad que esta enfermedad suele llevar asociada, ya que padecer narcolepsia aumenta el riesgo de padecer hipertensión, diabetes, colesterol, migraña, así como otros trastornos del sueño, alimentarios o del ánimo. Por lo tanto, son pacientes que requieren de un control médico adecuado", recalca la Dra. Ana Fernández Arcos.*

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 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...

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, 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".

#sen #narcolepsia #síndrome de las piernas cansadas #detección precoz #diagnóstico

Get Notifications

TE RECOMENDAMOS



El cáncer de mama afecta más a las mujeres mayores ...



Cumlaude Lab y GEICAM se unen en la solidaridad con ...



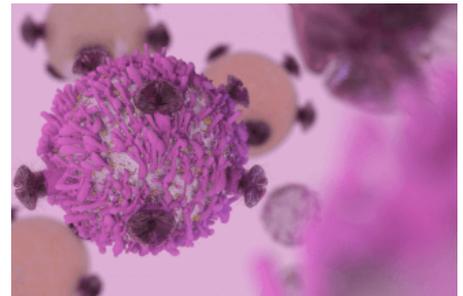
Una de cada cinco supervivientes de cáncer de mama tiene ...



Resultados positivos con palbociclib y tamoxifeno en el cáncer de ...



Altos niveles de células inmunitarias en cáncer de mama triple ...



Un modelo para determinar el mejor tratamiento del cáncer de ...



PUBLICIDAD



Comprometidos con la salud mental



psiquiatria.com

Buscar



Actualidad y Artículos | Neuropsiquiatría y Neurología

Seguir 32



0



0



PUBLICAR ▾

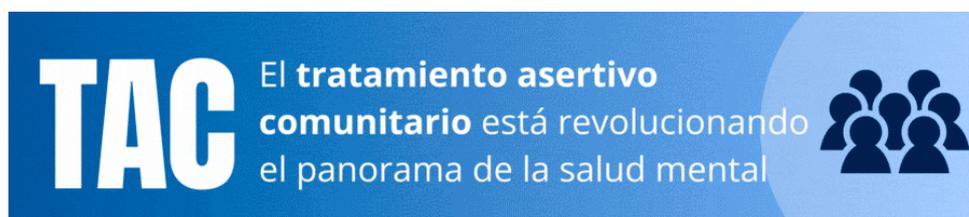
Neurólogos advierten que un 60% de los españoles que padecen narcolepsia están sin diagnosticar



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.



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

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"**.

6,9 créditos | Inicio: 12/06/2024

CURSO DE
**TRATAMIENTO ASERTIVO
COMUNITARIO**



TAC

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

Por qué los casos de ictus han aumentado un 70% en diez años y cómo podemos evitar un infarto cerebral

PABLO SEGARRA | NOTICIA 24.09.2024 - 07:00H     

En España, aproximadamente 120.000 personas sufren un ictus cada año, con cerca de 25.000 fallecimientos, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN).

[Los ictus aumentan entre los adultos jóvenes: estas son las razones y claves para reducir nuestro riesgo](#)

Fría  Los Beneficios De Dormir En Una Hab



20minutos



Rehabilitación de un ictus / Getty Images

El número de **casos de ictus** está aumentando tanto en España como en el resto del mundo, y las cifras son preocupantes. En España, cada año unas 120.000 personas sufren un ictus, de las cuales alrededor de 25.000 fallecen, según la **Sociedad Española de Neurología (SEN)**.

A nivel global, se estima que **una de cada seis personas sufrirá un ictus a lo largo de su vida**, lo que convierte a esta enfermedad en la **primera causa de discapacidad en Europa** y una de las principales causas de muerte.

NOTICIA DESTACADA



Estos son los síntomas de un ictus en niños y adolescentes



Qué es un ictus

El **accidente cerebrovascular, o ictus**, es una condición médica grave que se produce cuando el suministro de sangre a una zona del cerebro se ve interrumpido o disminuido, lo que impide que el tejido cerebral reciba el oxígeno y los nutrientes necesarios, según explican desde la **Clínica Universidad de Navarra**.

Es una de las principales causas de urgencias neurológicas, resultado de

TE PUEDE INTERESAR



Pablo Motos se impone a Broncano, tanto en 'share' como en estricta competencia, en la batalla de las superestrellas de Hollywood
20minutos



Julián Muñoz, el aprendiz de Jesús Gil que pasó del lujo de Marbella a las bolsas de basura con dinero y la prisión Beatriz Rodríguez



Muere Julián Muñoz, exalcalde de Marbella y expareja de Isabel Pantoja, a los 76 años
20minutos



Francia 'alarma' a sus ciudadanos con que pronto no será posible bañarse en las playas españolas
Amaya Larrañeta

MÁS INFORMACIÓN SOBRE:

- Obesidad
 - Salud
 - Europa
 - Ictus
 - Fría
 - España
 - Hipertensión
 - So
- Los Beneficios De Dormir En Una Hab

Más frecuente a partir de los 65 años

El ictus puede afectar a cualquier edad, aunque es más frecuente a partir de los 65 años. Sin embargo, **ha habido un aumento del 25% en la incidencia entre personas de 20 a 64 años en los últimos años**. A escala mundial, los estudios predicen un crecimiento significativo de esta enfermedad, y **entre 1990 y 2021 se registró un aumento del 70% en el número de afectados**, según el último análisis del Estudio sobre la Carga Mundial de Morbilidad, Lesiones y Factores de Riesgo (GBD) publicado en la revista **'The Lancet Neurology'**.

Este incremento se debe a factores como el **envejecimiento poblacional** y la mayor exposición a riesgos ambientales y conductuales, como la **contaminación**, el **sobrepeso**, la **hipertensión**, el **tabaquismo** y la inactividad física. El impacto del ictus es especialmente grave en países de ingresos bajos y medios, donde tres cuartas partes de los afectados viven y las tasas de mortalidad son más altas.

Cómo se puede prevenir un ictus



Ensalada de pepino y salmón. / Nikolay_Donetsk / Getty Images

A pesar de esta tendencia, **el ictus es prevenible en un 90%** de los casos mediante el **control de factores de riesgo y hábitos de vida saludables**. Entre los factores de riesgo modificables se encuentran la hipertensión arterial, la diabetes, el hipercolesterolemia, el tabaquismo, la obesidad, la vida sedentaria, el consumo de alcohol, las terapias hormonales y las enfermedades cardíacas previas.

Por ello, con una dieta mediterránea, la práctica regular de ejercicio y evitando el **consumo de tabaco y alcohol** se podrían evitar la gran mayoría de ictus.

NOTICIA DESTACADA

Fría Los Beneficios De Dormir En Una Hab

20minutos

“Un ictus es un trastorno brusco en la circulación sanguínea del cerebro que puede ser producido por oclusión arterial (el 85% de los casos) o por hemorragia (el 15%)”, explica **la doctora. María Alonso de Leciñana**, Coordinadora del Grupo de Estudio de Enfermedades Cerebrovasculares de la Sociedad Española de Neurología.



El ictus está aumentando entre los adultos jóvenes. / Kocheguraa

Los estudios sugieren que la incidencia del ictus, así como la carga asociada en términos de discapacidad y pérdida de salud, seguirán aumentando. Para combatir esta situación, se han lanzado iniciativas globales como el **Plan Europeo de Acción para el Ictus 2018-2030** y el Plan de Acción de la Organización Mundial del Ictus, que buscan mejorar la prevención y el tratamiento de esta enfermedad.

Te puede interesar

Julián Muñoz, el aprendiz de Jesús Gil que pasó del lujo de Marbella a las bolsas de basura con dinero y la prisión

Francia 'alarma' a sus ciudadanos con que pronto no será posible bañarse en las playas españolas

Temor español al 'anchoazo': así impactará el recorte de cuotas que planea la UE sobre los caladeros, la industria y el empleo pesquero

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

Conforme a los criterios de  **The Trust Project**

[¿Por qué confiar en nosotros?](#)

El truco n.o 1 para perder grasa abdominal (es muy sencillo)

Las personas que no pueden adelgazar a partir de los 45 años están cometiendo este grave error

domir-adelgazar.es | Patrocinado

[Más información](#)

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

pielibredemancha.es | Patrocinado

[Más información](#)

Fría [Los Beneficios De Dormir En Una Hab](#)

Hierve nueces y bebe esta agua por la noche: por la mañana no creerás

[+34922285978](tel:+34922285978)[Seleccionar página](#)

25 DE SEPTIEMBRE «DÍA INTERNACIONAL DE LA ATAXIA 2024»

por centroalayon | Sep 23, 2024 | Neurología | 0 Comentarios



El 25 de septiembre es el día para concienciar sobre una discapacidad que en nuestro país afecta a más de 100.000 personas. En **Neurología (SEN)** la padecen más de 100.000 personas.

El **Día Internacional de la Ataxia Mundial de la Salud** (OMS) y la población sobre este «**signo**» de descoordinación en el movimiento, deglución, movimientos oculares...

La ataxia puede ser una enfermedad que se presenta en diversas formas.

Centro Neurológico Antonio Alay...

Hola, pregúntame tus dudas



Este chat es solo para consultas, no guarda información del usuario.

[Abrir chat](#)

[CONFIGURAR CONSENTIMIENTO DE COOKIES](#)



REGALO 45
DÍAS

EN DIRECTO Sánchez muestra su "enorme preocupación" por los bombardeos en Líbano durante un encuentr



John David Spence, neurólogo.

Soy neurólogo y esta es la comida que siempre tomo para evitar sufrir un ictus: olvidada en España

El ictus es la primera causa de incapacidad en España, pero los neurólogos afirman que se pueden evitar el 90% con hábitos de vida saludable.

24 septiembre, 2024 - 03:14

EN: [DIETA MEDITERRÁNEA](#) [NEUROLOGÍA](#) [ESPAÑA](#)

Juan Rodríguez de Rivera



En [España](#) se producen todos los años hasta 120.000 nuevos casos de ictus, **un accidente que es la primera causa de incapacidad en nuestro país**. De todos esos casos, hasta 35.000 acaban en una incapacidad todos los años y, por desgracia, unos 25.000 en el fallecimiento del paciente, [según calcula la Sociedad Española de Neurología \(SEN\)](#). A pesar de lo negativo de estos datos, este organismo advierte que hasta un 90% de los casos de ictus se pueden evitar a través de nuestro estilo de vida.

Si no hacemos nada para evitarlo, los expertos aseguran que la incidencia de ictus podría aumentar en un 35% en los próximos 15 años. ¿Qué debemos hacer para evitar que se cumpla este escenario? **Para empezar, evitar el tabaco, el alcohol y las drogas**. También deberíamos controlar los factores de la enfermedad cardiovascular, como la obesidad, la hipertensión, los altos niveles de colesterol y la diabetes. Y, por supuesto, realizar ejercicio físico para evitar el sedentarismo, controlar el estrés y llevar una dieta saludable.

[John David Spence](#) es un neurólogo canadiense que da clases en la Universidad Western Ontario y que ha dedicado buena parte de su carrera a estudiar estas isquemias que se producen en el cerebro. De hecho, publicó [un artículo en la revista científica *Stroke and Vascular Neurology*](#) un artículo sobre cuál era la mejor dieta para evitar el ictus. "**La dieta con la mejor evidencia para la prevención del ictus es la mediterránea de Creta**", sentencia Spence y dice que esta variante tiene mejores resultados en ictus que las dietas de Japón y Finlandia.

Dieta alta en grasas



"No es una dieta baja en grasas", aclara el experto. "Se trata de una dieta con una glucemia baja y un alto contenido en grasas con **más del 40% de las grasas procedentes de grasas saludables como los aceites de oliva** y de colza, un contenido alto en cereales integrales, frutas, verduras y legumbres". Si bien la dieta mediterránea también es el patrón alimentario tradicional en España, se ha dejado de cumplir de una manera tan rigurosa debido a la irrupción de los alimentos ultraprocesados y los nuevos hábitos en occidente.

Recomendado por  Outbrain

El truco a la hora de cocinar patatas que hace que engorden menos: ignorado en España



La dieta mediterránea es una dieta baja en azúcares y alta en grasas cardiosaludables y, de hecho, Spence cita al [estudio español Predimed](#) para destacar su mejor impacto sobre la salud frente a las dietas bajas en grasas. "Se comparó una dieta baja en grasa con dos tipos de dieta mediterránea: **una fortificada con aceite de oliva y otra con una mezcla de frutos secos**. Las dos versiones de la dieta mediterránea

Mas contenidos recomendados [secos](#)
redujo el ictus en un 47% en cinco años".



Pero, ¿en qué se basa la dieta mediterránea? Se trata de una dieta que está basada en **el consumo de fruta —sobre todo, como postre—, verduras, legumbres y frutos secos**, como principal grasa se debe utilizar el aceite de oliva y el pescado como fuente de proteínas, además de huevos y algunos derivados de los lácteos. A pesar de que los embutidos son algo tradicional en España, se recomienda que tanto la carne roja como la procesada se tomen pocas veces a la semana. Como bebida, el agua debe ser la principal.

Alimentos a evitar

Ahora bien, Spence señala qué deben consumir también aquellas personas que tienen un riesgo especial de padecer un ictus. En primer lugar, recomienda a estas personas que eviten las yemas de los huevos y que **si comen carne de animales la ración no supere el tamaño de la palma de la mano**. Estas carnes además deben ser de pescado o de pollo y rara vez de carne roja. Además, la grasa más utilizada debería ser la de oliva, que en España suele ser la de referencia, pero no es así en el extranjero.



El neurólogo explica que los cereales deben ser siempre integrales, hacer un consumo elevado de verduras, frutas y legumbres. Por último, Spence recomienda que las personas con más riesgo de sufrir un ictus **eviten los alimentos fritos, las grasas trans, el azúcar, los cereales refinados**, como el pan blanco, y también las patatas. Estos dos últimos alimentos son habituales en la dieta en España y en los últimos años se ha llamado la atención sobre la capacidad que tienen de elevar en gran medida el azúcar en sangre.

Sponsored



Te recomendamos

Recomendado por  Outbrain



Aragón Radio > Podcast > Emisiones > [Días Mundiales de la Narcolepsia y del ...](#)

Días Mundiales de la Narcolepsia y del síndrome de las piernas inquietas.

En No Llegues tarde



23/09/2024

Duración: 00:16:58



El programa conmemora estos Días Mundiales entrevistando a Celia García Malo, vocal del Grupo de Estudio del Sueño de la Sociedad Española de Neurología, y a Enrique López, presidente de la Asociación Española de Narcolepsia.

Más podcasts de No Llegues tarde



No llegues tarde de
19h a 20h -
Hace 13 horas



El año de nuestra
vida: 1987 (Segunda
Hace 13 horas



Residencias y Centros de Día
PARA PERSONAS MAYORES



Martes, 24 de Septiembre de 2024 | Teléfono: 986 438 020

Portada Nacional CC.AA. Internacional Opinión Actualidad Empresa Actualidad Sanitaria A Fondo EM 20 Aniversario

Buscar

Noticias | Economía

La PMP insta a establecer un nuevo Plan Integral de Alzheimer y otras demencias

Atrás

La SEGG, la PMP, Ceafa y CRE Alzheimer han emprendido iniciativas y lanzado mensajes con el objetivo de continuar concienciando y mejorando el conocimiento sobre esta enfermedad

Redacción EM 23-09-2024



En el marco del Día Mundial del Alzheimer, la Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP), la SEGG y otras organizaciones colaboradoras han emprendido iniciativas y lanzado mensajes con el objetivo de continuar concienciando y mejorando el conocimiento sobre esta enfermedad.

Así, el Grupo de Psicología del Envejecimiento de la SEGG ha realizado una acción divulgativa sobre la intervención del profesional de la psicogerontología en el alzheimer y otras demencias, siendo estos profesionales imprescindibles en los equipos multidisciplinares de las residencias de personas mayores. Se trata de una serie de videos en los que las integrantes del grupo de trabajo exponen cada punto de intervención mediante sencillos y cercanos mensajes que se están difundiendo en las redes sociales de la SEGG.

En lo que respecta a la Confederación Española de Alzheimer y otras demencias (Ceafa) ha elegido el lema 'Somos específic@s', con el cual pretende, concienciar primero y exigir después, que las Administraciones Públicas del país tengan en consideración la entidad de la demencia en tanto que condición que 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. Para ello, han elaborado un documento con sus reivindicaciones y exigencias para garantizar los derechos de las personas afectadas por esta condición.

Por su parte, la PMP ha urgido a "combatir el estigma y la desinformación que rodean a la demencia", siendo esta la primera causa de discapacidad en personas mayores y la enfermedad que genera mayor dependencia, sobrecarga económica y estrés psicológico en las personas cuidadoras, principalmente mujeres. Se estima que en España aumentarán un 83% estos casos de ahora a 2050 y la Sociedad Española de Neurología sitúa en 40.000 los nuevos diagnósticos de Alzheimer al año, si bien el número real es mayor porque en muchos casos, pasan desapercibidos al sistema sanitario.

A pesar de esta realidad, la enfermedad de Alzheimer aún no recibe la misma prioridad política y social que otras enfermedades crónicas no transmisibles, así que la PMP ha llamado a "construir políticas de salud más eficaces para hacer frente a esta realidad". Además, ha recalcado que impulsar acciones concretas para mejorar la vida de las personas mayores que padecen esta enfermedad y sus entornos; reforzar el diagnóstico precoz; ofrecer apoyos y promover políticas públicas inclusivas que creen conciencia sobre la prevención, el diagnóstico en edades tempranas y el apoyo integral; es una necesidad urgente.

Por estos motivos, la PMP ha instado al Gobierno y al conjunto de los representantes políticos a "consolidar una política de Estado ante una problemática social que trasciende al ámbito familiar y necesita de una intervención comunitaria y de una política integral con metas concretas como la creación de un registro de pacientes, un acceso más equitativo a terapias de rehabilitación cognitiva o la difusión de campañas anuales de sensibilización"; entre otras.

En este sentido, ha hecho un llamamiento a establecer un nuevo Plan Integral de Alzheimer y otras demencias, vencida su vigencia ya desde el ejercicio 2023 y que no supuso grandes avances; que cuente con una dotación presupuestaria y recursos suficientes previstos en los próximos Presupuestos Generales del Estado y de un liderazgo y compromiso político sólidos para su impulso.

Finalmente, bajo el lema '30 días, 30 gestos', el Centro de Referencia Estatal de Atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias del Imsero (CRE Alzheimer) ha venido realizando durante todo el mes de septiembre diferentes actividades que pretenden fomentar el modelo de atención centrada en la persona y la promoción de la autonomía y la vida activa, así como la innovación y difusión del conocimiento de una situación que afecta a 50 millones de personas en todo el mundo y a un millón en España, además de a quienes conforman su entorno.



La mejor ayuda para ti
y tu familia

www.qida.es



Qida





Menú

[Newsletter](#)

[Facebook](#) [Twitter](#)

Noticias

[Inicio](#)

[Actualidad](#)

[Noticias](#)

La PMP insta a establecer un nuevo Plan Integral de Alzheimer y otras demencias

23 de Septiembre , Lunes

La PMP insta a establecer un nuevo Plan Integral de Alzheimer y otras demencias

Fuente: Plataforma de Mayores y Pensionistas



Ha llamado a “construir políticas de salud más eficaces”

En el marco del **Día Mundial del Alzheimer**, celebrado como cada año el 21 de septiembre, tanto la Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP), como la SEGG y otras organizaciones colaboradoras han emprendido iniciativas y lanzado mensajes con el objetivo de continuar concienciando y mejorando el conocimiento sobre esta enfermedad.

Así, el Grupo de Psicología del Envejecimiento de la SEGG ha realizado una acción divulgativa sobre la intervención del profesional de la psicogerontología en el alzhéimer y otras demencias, siendo estos profesionales imprescindibles en los equipos multidisciplinares de las residencias de personas mayores. Se trata de una serie de videos en los que las integrantes del grupo de trabajo exponen cada punto de intervención mediante sencillos y cercanos mensajes que se están difundiendo en las redes sociales de la SEGG.

En lo que respecta a la Confederación Española de Alzheimer y otras demencias (CEAFA) ha elegido el lema ‘Somos específic@s’, con el cual pretende, concienciar primero y exigir después, que las Administraciones Públicas del país tengan en consideración la entidad de la demencia en tanto que condición que 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. Para ello, han elaborado [un documento con sus reivindicaciones y exigencias](#) para garantizar los derechos de las personas afectadas por esta condición.

Por su parte, la **Plataforma de Mayores y Pensionistas (PMP)** ha urgido a **“combatir el estigma y la desinformación que rodean a la demencia”**, siendo esta la primera causa de discapacidad en personas mayores y la enfermedad que genera mayor dependencia, sobrecarga económica y estrés psicológico en las personas cuidadoras, principalmente mujeres. Se estima que en España aumentarán un 83% estos casos de ahora a 2050 y la **Sociedad Española de Neurología sitúa en 40.000 los nuevos diagnósticos de Alzheimer al año**, si bien el número real es mayor porque en muchos casos, pasan desapercibidos al sistema sanitario.

A pesar de esta realidad, **la enfermedad de Alzheimer aún no recibe la misma prioridad política y social que otras enfermedades crónicas no transmisibles**, así que la PMP ha llamado a **“construir políticas de salud más eficaces para hacer frente a esta realidad”**. Además, ha recalcado que impulsar acciones concretas para mejorar la vida de las personas mayores que padecen esta enfermedad y sus entornos; reforzar el diagnóstico precoz; ofrecer apoyos y promover políticas públicas inclusivas que creen conciencia sobre la prevención, el diagnóstico en edades tempranas y el apoyo integral; es una necesidad urgente.

Por estos motivos, la PMP ha instado al Gobierno y al conjunto de los representantes políticos a **“consolidar una política de Estado ante una problemática social que trasciende al ámbito familiar y necesita de una intervención comunitaria y de una política integral** con metas concretas como la creación de un registro de pacientes, un acceso más equitativo a terapias de rehabilitación cognitiva o la difusión de campañas anuales de sensibilización”; entre otras.

En este sentido, ha hecho un llamamiento a establecer un **nuevo Plan Integral de Alzheimer y otras demencias, vencida**

su vigencia ya desde el ejercicio 2023 y que no supuso grandes avances; que cuente con una dotación presupuestaria y recursos suficientes previstos en los próximos Presupuestos Generales del Estado y de un liderazgo y compromiso político sólidos para su impulso.

Finalmente, bajo el lema '30 días, 30 gestos', el **Centro de Referencia Estatal de Atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias del Imsero (CRE Alzheimer)** ha venido realizando durante todo el mes de septiembre diferentes actividades que pretenden **fomentar el modelo de atención centrada en la persona y la promoción de la autonomía y la vida activa**, así como la innovación y difusión del conocimiento de una situación que afecta a 50 millones de personas en todo el mundo y a un millón en España, además de a quienes conforman su entorno.

Noticias relacionadas



23 de Septiembre , Lunes

La PMP insta a establecer un nuevo Plan Integral de Alzheimer y otras demencias

EN CORTO

Las consecuencias devastadoras de las demencias

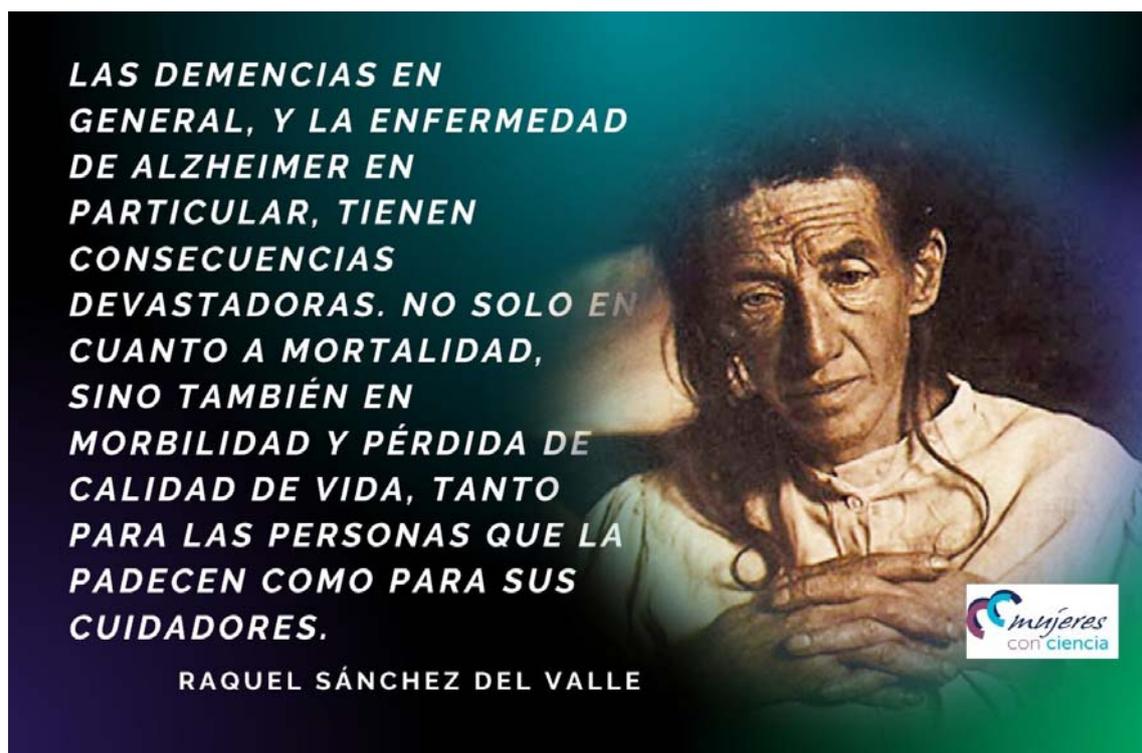


Imagen de fondo: Auguste Deter, paciente en la que Alzheimer identificó por primera vez los síntomas de la enfermedad que llevaría su nombre. [Wikimedia Commons](#).

Las demencias en general, y la enfermedad de Alzheimer en particular, tienen consecuencias devastadoras. No solo en cuanto a mortalidad, sino también en morbilidad y pérdida de calidad de vida, tanto para las personas que la padecen como para sus cuidadores.

— Raquel Sánchez del Valle

Fuente de la cita

Identifican nuevos cambios tempranos en el cerebro de personas en riesgo de alzhéimer, SINC, 20 septiembre 2024

Para saber más

- [Raquel Sanchez-Valle](#), Coordinadora del Grupo de Estudio de Conducta y Demencias de la [Sociedad Española de Neurología](#)
- [Alejandra García-Colomo](#), [David López-Sanz](#), [Cornelis J Stam](#), [Arjan Hillebrand](#), [Martín Carrasco-Gómez](#), [Carlos Spuch](#), [María Comis-Tuche](#), [Fernando Maestú](#), [Minimum spanning tree analysis of unimpaired individuals at risk of Alzheimer's disease](#). *Brain Communications* 6 (5), 2024, fcae283,

Edición realizada por [Marta Macho Stadler](#)

Publicado el 2024/09/23 en [En corto](#)

demencia

salud mental



+

Menu **SABERVIVIR**tveBuscar [Iniciar Sesión](#)

- [Salud Activa](#)
- [Avances médicos](#)
- [Nutrición](#)
- [Bienestar](#)

SABERVIVIR
tve sabervivir.com**Dra. Marian Rojas****PROTÉGETE DE LAS PERSONAS TÓXICAS**

CLAVES PARA QUE NO TE AFECTEN

LAS GRASAS BUENAS CON EFECTO ANTI INFLAMATORIO**Analgésicos, antibióticos...****FÁRMACOS Y ALIMENTOS**

QUE NO CONVIENE MEZCLAR

¿PIERDES CABELLO? DESCUBRE SI ES UN PROBLEMA DE SALUD**EL NUEVO MÉTODO PARA ADELGAZAR**

EL SECRETO ESTÁ EN COMBINAR BIEN LOS ALIMENTOS

Dr. Valentín Fuster**CORAZÓN MÁS FUERTE**

HÁBITOS QUE REJUVENECEN LAS ARTERIAS Y PREVIENEN EL INFARTO

[SUSCRÍBETE A TU REVISTA](#)

Comienza a cuidarte con la revista número 1 en salud. ¡Por solo 2€/mes!

[Suscríbete](#)

- [Newsletter](#)
- [Facebook](#)
- [Twitter](#)
- [Instagram](#)
- [TikTok](#)
- [Youtube](#)
- [Pinterest](#)

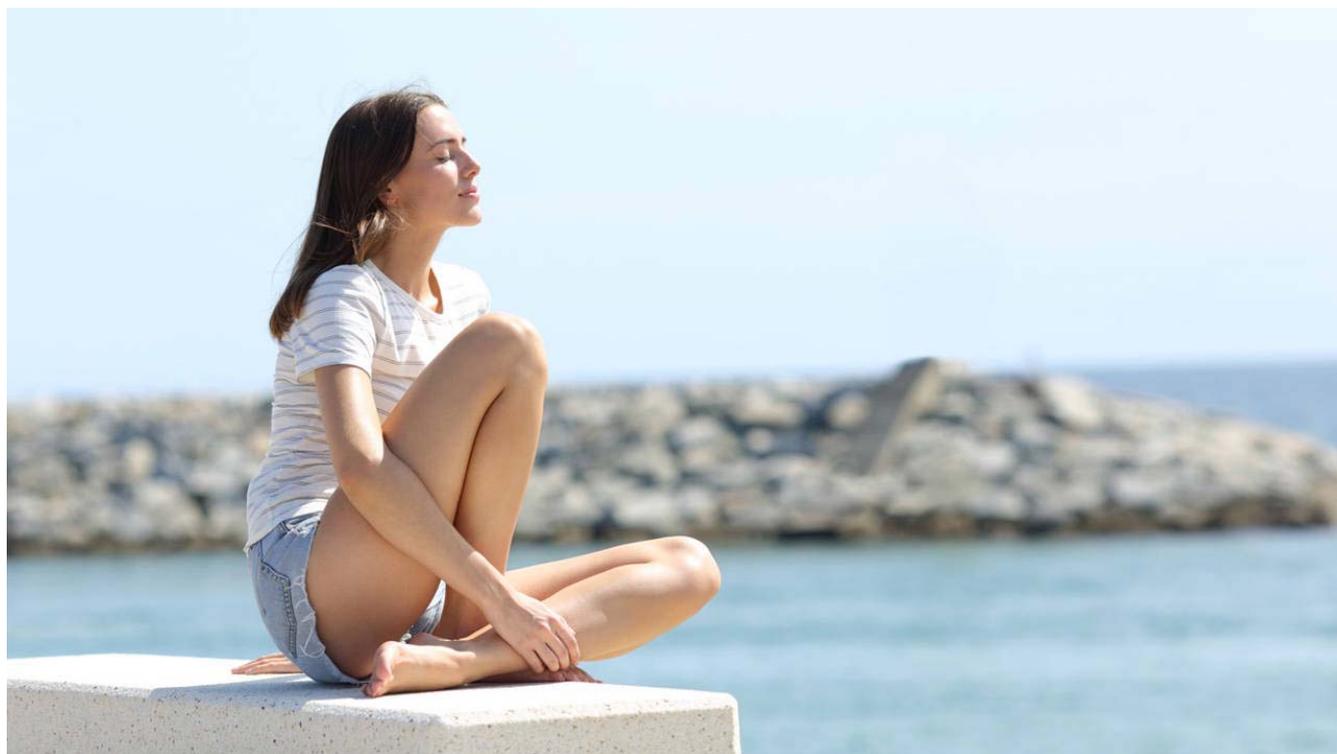
[SUSCRÍBETE](#)[Salud Activa](#)**Síndrome de las piernas inquietas, esa necesidad irrefrenable de mover las piernas: causas, síntomas y tratamiento****Unos 2 millones de personas padecen el síndrome de las piernas inquietas en España y hasta un 90% podrían estar sin diagnosticar según la Sociedad Española de Neurología.**



[Soledad López](#)

Periodista especializada en salud y nutrición

Actualizado a 23 de septiembre de 2024, 18:00



iStock by Getty Images

El síndrome de las piernas inquietas es **uno de los trastornos del movimiento más comunes**. Según estimaciones de la Sociedad Española de Neurología (SEN) en España, al menos unos **2 millones de personas padecen esta enfermedad crónica**.

Un 25% de los pacientes comienzan a experimentar los síntomas de la enfermedad **en la infancia o en la adolescencia**. En Europa, se estima que **entre un 5 y un 10% de la población adulta** y entre un 2 y un 4% de los adolescentes la padecen.

Entre los **27 y los 40 años es cuando se producen la mayoría de casos** y afecta el doble a las mujeres que a los hombres. Además, hasta un **20% de los pacientes sufren una forma grave de esta enfermedad**. En los casos graves los síntomas suelen empezar antes de los 20 años.

A pesar del nivel de afectación, el síndrome de las piernas inquietas es una enfermedad **insuficientemente diagnosticada**.

La SEN apunta que hasta un 90% de los afectados podría estar sin diagnosticar. Y pueden pasar hasta 10 años hasta que se realiza un diagnóstico correcto de esta enfermedad.

El **Dr. Oscar Larrosa Gonzalo, neurofisiólogo**, es experto en el síndrome de piernas inquietas y explicaba a Saber Vivir que esta enfermedad es todavía *"una gran desconocida para muchas personas, lo que genera incompreensión, y en ocasiones no está bien tratada, por lo que los síntomas pueden intensificarse aún más"*.

Revisa tu postura

[Cruzar las piernas al sentarse, un gesto inofensivo dañino para la salud](#)

Dr. A. Miguel Martín Almendros

Qué síntomas provoca el síndrome de las piernas inquietas

Los afectados definen las piernas inquietas como un **hormigueo, picor, desazón, inquietud, presión o tensión interna**; o como si tuvieras bichitos o un burbujeo en el interior de las piernas, en especial de rodilla hacia abajo, que **te obliga a moverlas irremediabilmente** (estirarlas y encogerlas, patearlas, frotarlas la una contra la otra...) cuando estás en reposo, ya sea sentado o tumbado.

Tanto es así que cuando la molestia aparece **te empuja con frecuencia a levantarte y andar** para aliviarlo. Y eso **puede pasarte durmiendo**, en una reunión de trabajo o viendo una película en el cine.

cómo afectan las piernas inquietas al sueño

El síndrome de las piernas inquietas tiene un **ritmo circadiano nocturno**, de forma que las molestias **aumentan a partir de la tarde noche**. *"Los síntomas pueden aparecer a las 7 de la tarde mientras estás sentado en el sofá y repetirse de forma intermitente hasta las 4 de la mañana. En algunas personas aparece después de comer y no se pueden ni sentar. Es una molestia muy continua y muy problemática que afecta a la calidad del vida del paciente"*, afirmaba el Dr. Larrosa, socio de honor de la Asociación Española de Síndrome de Piernas Inquietas (AESPI).

La intensidad de la enfermedad puede ser variable, pero cuando es moderada o severa afecta mucho a la **calidad sueño**.

"Este trastorno con frecuencia machaca el sueño ya que las sensaciones desagradables en las piernas y las habituales sacudidas involuntarias y periódicas de las piernas despiertan al enfermo. De hecho, la principal causa de que acudan al médico es que duermen fatal. Tienen una calidad del sueño muy deficiente. Además, aunque estén agotados no tienen sueño de día, con lo que no compensan el sueño perdido con siestas", aseguraba el especialista en Medicina del Sueño y piernas inquietas.

El insomnio secundario no solo se traduce en fatiga diurna, también aumenta el riesgo de enfermedades asociadas a un descanso nocturno deficiente como **la obesidad, la hipertensión, la diabetes o problemas cardiovasculares**.

Cómo afectan las piernas inquietas a la vida personal y social

Si los problemas de sueño son la **principal consecuencia física patológica del síndrome de piernas inquietas**, a nivel psicológico y emocional también tiene consecuencias negativas:

- **La pareja se resiente**. Obviamente, el que sufre en primera persona los síntomas de la enfermedad es el enfermo, pero la pareja también lo vive de cerca y puede afectar a su descanso. Y es lógico porque las sacudidas involuntarias de las piernas y el levantarte constantemente de la cama puede fácilmente despertar a la pareja. Por eso, tal y como recordaba Larrosa, *"muchas veces acaban durmiendo en habitaciones separadas"*.
- **Hay incompreensión por parte del entorno familiar**. *"La gente con la que convive el afectado no suele entender cómo es posible que no pueda estar quieto. Cuesta comprender que se trata de una enfermedad, que no lo hace porque quiere, y eso puede originar tensiones"*, afirmaba.
- **Puede provocar problemas laborales**. *"Si tienes una reunión a media tarde ¿cómo explicarle a tu jefe que vas a tener que levantarte varias veces? Puedes decir que vas al baño..., pero si se repite resulta angustiante para el enfermo"*, decía Larrosa.
- **Afecta también al ocio**. *"Cenar por la noche con amigos o ir a un cine o un teatro de noche también es un auténtico problema porque puede resultar imposible permanecer sentado durante un tiempo"*, aseguraba.
- **Los viajes largos en avión o en tren** también *"pueden ser un infierno porque no aguantan mucho tiempo quietos"*, concluía.

Qué causa el síndrome de las piernas inquietas

El **síndrome de piernas inquietas tiene una base muy genética** que provoca una dificultad en el transporte del hierro al sistema nervioso central (cerebro y médula espinal).

Cuando al sistema nervioso central no le llega bien el hierro, se alteran algunos aspectos funcionales de ciertos neurotransmisores como la dopamina, lo que desencadena los molestos síntomas.

Con frecuencia, **si la carga genética es alta**, se trata de una enfermedad altamente hereditaria y de **aparición más temprana**. Cuando dicha **carga genética es menor, la enfermedad aparece más tarde** y en ocasiones pueden coexistir **factores o enfermedades** que pueden sumarse a esa base genética y **contribuir a desencadenar el trastorno**. Los que tienen mayores evidencias científicas son:

- **Problemas en el metabolismo del hierro**. Unos niveles de ferritina bajos, la proteína encargada del transporte del hierro, o del mismo hierro en sangre, favorece la aparición de piernas inquietas en alguien predispuesto. Una causa muy habitual de ello es la presencia de sangrados crónicos, incluyendo menstruaciones abundantes.
- **El embarazo**. Es una etapa en la que el organismo demanda más hierro.
- **La insuficiencia renal avanzada**. También puede afectar al metabolismo del hierro.
- **Algunos medicamentos**: Determinados antidepresivos, antihistamínicos sedantes para reacciones alérgicas o que se incluyen en fórmulas anticatarrales, fármacos antipsicóticos, para problemas de náuseas o vómitos... *"Muchos de estos fármacos, interfieren en el funcionamiento de neurotransmisores implicados en la enfermedad, lo que puede acelerar, provocar o empeorar el problema"*, afirmaba el especialista.
- **Intolerancia al gluten o a la lactosa**. Los trastornos que afectan a la absorción intestinal de nutrientes también pueden influir en personas predispuestas.

medidas para controlar las piernas inquietas

Cuando el síndrome es leve, el Dr. Larrosa recomienda una serie de medidas de estilo de vida que pueden ser suficientes para aliviar las molestias:

- **Es clave poner en práctica una buena higiene del sueño.** Ir a dormir y levantarse cada día a la misma hora, dejar pasar dos horas tras la cena antes de dormir, no usar dispositivos electrónicos en las horas finales de día...
- **Realizar ejercicio de piernas moderado a media tarde.** Puede ayudar a reducir el problema. *"No hay que olvidar que es tan malo no hacer nada de ejercicio de piernas como hacerlo muy intenso"*, insistía Larrosa.
- **Evitar el alcohol y la cafeína,** sobre todo por la tarde-noche.
- **Controlar a través de analíticas el metabolismo del hierro** y los niveles de vitamina D, vitamina B12 y ácido fólico. Pueden tomarse suplementos si hay carencia pero siempre bajo supervisión médica.
- **Los masajes y los baños de piernas** tanto fríos como calientes ayudan a calmar los síntomas.
- **Tener la mente entretenida con actividades concretas en periodos de molestias.** De esa forma, asegura Larrosa, prestaremos menos atención a los síntomas.

Tratamientos para el síndrome de las piernas inquietas

Cuando las medidas anteriores no son suficientes **existen medicamentos para controlar el síndrome de piernas inquietas.** En este sentido, es muy importante **ponerse en manos de un especialista** que conozca bien la enfermedad porque algunos de los fármacos indicados para esta afectación pueden incluso empeorar el problema si no se recetan en las dosis adecuadas. Actualmente, estos son los tratamientos más habituales que se utilizan para las piernas inquietas:

- **Moduladores de los receptores de la dopamina** (agonistas de los receptores dopaminérgicos). *"Funcionan bien, pero también deben prescribirse bien. Si se usan en dosis demasiado altas y a horarios inadecuados pueden agravar la enfermedad"*, advertía Larrosa.
- También se usan con frecuencia los **agonistas alfa 2 delta**, eficaces también contra el dolor neuropático. Aumentan el sueño profundo y con frecuencia controlan las piernas inquietas, aunque **a veces no se toleran bien.**

En casos muy graves que no responden adecuadamente a fármacos, se están desarrollando estrategias novedosas que están dando buenos resultados en muchos casos, como son las **inyecciones de hierro intravenoso y la estimulación magnética transcranial repetitiva.**

Una ayuda para los enfermos

La Asociación Española de Síndrome de Piernas Inquietas (AESPI) se fundó en 2004 con el fin de dar apoyo a las personas que sufren el síndrome de piernas inquietas.

- **Su objetivo es fomentar la investigación** y divulgar todos los aspectos relativos a la enfermedad, sus posibles soluciones terapéuticas, así como sus múltiples aspectos sociales y jurídicos.
- En definitiva, un acercamiento a todo aquel que necesite **información del Síndrome de Piernas Inquietas.**

Newsletter

Únete a nuestra comunidad y practica un estilo de vida saludable

[Apúntate](#)

[Suscríbete a tu revista favorita](#)

[Corazón más fuerte](#)

Edición papel

Recíbela en tu casa, cada mes y al mejor precio.

[suscríbete](#)

[Corazón más fuerte](#)

Edición digital

La revista siempre disponible en tu dispositivo favorito

[suscríbete](#)

Salud Activa

Mostrar artículos

- [Horas de sueño](#)
- [Laxante natural](#)
- [Infusiones estreñimiento](#)
- [Tipos de dolor de cabeza](#)

Nutrición

Mostrar artículos

- [Alimentos con zinc](#)
- [Propiedades lentejas](#)
- [Vitamina E](#)
- [Azúcar en frutas](#)

Maternidad

Mostrar artículos

- [Nombres de niña](#)
- [Nombres de niño](#)
- [Nombres de bebé](#)
- [Calendario del embarazo](#)

Bienestar

Mostrar artículos

- [Respiro mental](#)
- [Miedos](#)
- [Valentía](#)



CIUDAD REAL

La Federación de Ataxias de España-FEDAES conmemorará el Día Internacional de la Ataxia el próximo 25 de septiembre en Ciudad Real

miciudadreal 23 septiembre, 2024 1 40 views



La ataxia es una enfermedad neurodegenerativa, altamente invalidante y de las denominadas “raras”, que presenta un problema de desconocimiento, no sólo por parte de la población con carácter general, sino con los propios profesionales relacionados directa o indirectamente con ella.

Según estimaciones de la Sociedad Española de Neurología (SEN), en España existen más de 13.000 afectados por algún tipo de ataxia cerebelosa y unas 8.000 personas aproximadamente (el 60% del total de afectados) padecen algún tipo de ataxia hereditaria, de las que se estima que la ataxia de Friedreich es una de las más comunes.

Por ello, el próximo 25 de septiembre, la Federación de Ataxias de España (FEDAES), celebrará la Conmemoración del Día Internacional de la Ataxia, mediante la instalación de dos mesas informativas en el centro de la localidad de Ciudad Real (sitadas en Plaza Mayor y C/ de Toledo Nº 17), lectura de un manifiesto, presentación del nuevo vehículo adaptado de la entidad y la distribución de folletos informativos.

La Federación de Ataxias de España (FEDAES), es una Entidad sin ánimo de lucro, declarada de UTILIDAD PÚBLICA, constituida desde el año 2001, que engloba a diversas Asociaciones Regionales de Ataxia y forma parte de otras federaciones nacionales y europeas, que tiene por finalidad principal la promoción de toda clase de actuaciones e informaciones destinadas a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas de ataxia y/o enfermedades similares, así como promover el estudio y la investigación científica en el campo de la ataxia.

Lo último: [Susana Camarero ensalza la labor](#)



N3WS
Tercera Edad



J. GUZMAN
AJUDES TÈCNIQUES I ORTOPÈDIA S.L.



NOVEDADES - PORTADA

SCALIAN DESARROLLA UN MODELO DE IA PARA LA DETECCIÓN PRECOZ DEL ALZHEIMER

📅 23 septiembre, 2024 👤 moon

El aprendizaje automático o *machine learning* se pone aquí al servicio de los profesionales de la salud, a los que complementa en la detección temprana de enfermedades. Este apoyo a los médicos supone todo un reto en el caso del Alzheimer, considerado como una de las epidemias más preocupantes del siglo XXI, y no sólo por la cantidad de afectados en el mundo, sino por la progresión devastadora con la que se viene manifestando.

Cada siete segundos se produce un nuevo diagnóstico de esta patología en el planeta y la previsión, según la [World Health Organization](#), es que afecte a 152 millones de personas en 2050. En nuestro país, este mal se ha identificado ya en **1.200.000 pacientes** y según la Sociedad Española de Neurología, el Alzheimer es la demencia con más afectación y se ha

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra [política de cookies](#), pinche el enlace para mayor información.

ACEPTAR

plugin cookie

sus familias

En este contexto de lucha por contener el avance de la enfermedad, los [modelos de inteligencia artificial aplicados a imagen médica](#), se presentan como una solución sanitaria disruptora, a la vez que sencilla de implementar. Basada en la detección por imagen, en este caso mediante una resonancia magnética T1, logra detectar el grado de manifestación de la enfermedad en el paciente. La clasificación y etiquetación de la resonancia se basa en el CDR, **Clinical Demential Rating**, que establece una escala global de cinco puntos que abarca seis ejes: la memoria, la orientación, el juicio, la resolución de problemas, el desempeño en comunidad, además del rendimiento en casa, las aficiones y el cuidado personal.

El sistema de valoración es básico. Las puntuaciones, del 0 al 3, se basan en la clasificación estándar de la comunidad médica internacional para el Alzheimer. Una puntuación de 0 descarta la enfermedad, 0,5 se traduce en demencia muy leve, el 1 leve, el 2 moderada y el 3 severa.

Este método, recalcan desde Scalian Spain, donde se ha desarrollado este proyecto, no sustituye a la toma de decisiones del médico, sino que le ayudan a realizar una interpretación más rápida y precisa de los datos a la hora de realizar su diagnóstico. Así, **“este modelo de vanguardia logra una precisión superior al 90%, llegando incluso al 99% en casos específicos, lo que le convierte en una herramienta invaluable para la práctica clínica”**.

El apoyo de este prediagnóstico mediante el empleo de IA en imagen médica supone, además, mejoras significativas para la calidad de vida del paciente de Alzheimer, tanto permitiendo un diagnóstico precoz como un **análisis personalizado**, lo que se traduce en tratamientos y cuidados específicos implementados en cada momento de avance de la enfermedad.

Este proyecto viene a sumarse a otros que otorgan a esta consultora tecnológica el liderazgo mundial en aplicaciones digitales para la salud. Con más de treinta años de experiencia en sistemas digitales, operaciones, estrategia y transformación, el sector salud es uno de los pilares de [Scalian Group](#), con un volumen superior a los 550 millones de euros y cuatro sedes en nuestro país.

 Post Views: 86

Susana Camarero ensalza la labor de las asociaciones y entidades que trabajan y acompañan a los pacientes que padecen Alzheimer y traslada el compromiso

Este sitio web utiliza cookies para que usted tenga la mejor experiencia de usuario. Si continúa navegando está dando su consentimiento para la aceptación de las mencionadas cookies y la aceptación de nuestra [política de cookies](#), pinche el enlace para mayor información.

ACEPTAR

plugin cookie

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

Día mundial del síndrome de las piernas inquietas: estos son los síntomas que afectan a más de dos millones de personas en España

Daniel Ballester

3-4 minutos

Más de dos millones de personas en España padecen el síndrome de piernas inquietas (síndrome de Willis-Ekbom), una afección neurológica que se caracteriza por una necesidad incontrolable de mover las piernas, especialmente durante la noche.

Sin embargo, **lo más alarmante es que el 90% de los afectados no ha sido diagnosticado**, lo que pone de relieve la falta de conciencia y atención médica hacia este trastorno.

El síndrome de piernas inquietas o síndrome de Willis-Ekbom **es una afección que provoca sensaciones incómodas en las extremidades inferiores, lo que lleva a la necesidad urgente de moverlas para obtener alivio.**

Este trastorno se presenta principalmente durante el descanso, **afectando gravemente el sueño y la calidad de vida de los pacientes.** Aunque las causas exactas no se conocen del todo, se cree que está relacionado con desequilibrios en la dopamina, una sustancia química del cerebro que controla los movimientos musculares.

Impacto en la calidad de vida

En España sufren este síndrome más de dos millones de personas, 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).

Los afectados por este síndrome suelen tener [dificultades para conciliar el sueño](#), lo que puede llevar a insomnio crónico, fatiga diurna y un deterioro en su bienestar general. **Muchas personas no relacionan estos síntomas con un trastorno específico**, lo que retrasa el diagnóstico y tratamiento adecuado.

El diagnóstico tardío: un reto médico

Uno de los problemas más graves es la falta de diagnóstico. Según un informe de la [Sociedad Española de Neurología](#), **el 90% de los afectados en España no ha sido diagnosticado**. Esto se debe en parte a que muchos médicos desconocen o subestiman esta afección, lo que lleva a que los pacientes no reciban la atención necesaria.

A menudo, **los síntomas se atribuyen a otras condiciones, como el estrés o problemas musculares**, lo que prolonga la búsqueda de un tratamiento efectivo.

Aunque el síndrome de las piernas inquietas no tiene cura, **existen tratamientos que pueden aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida**. Las opciones incluyen medicamentos que regulan la dopamina, cambios en el estilo de vida, como el ejercicio moderado y la adopción de hábitos de sueño saludables.

También **se recomiendan terapias para el manejo del estrés**, ya que este puede exacerbar los síntomas.

El síndrome de piernas inquietas es una afección que afecta a millones de personas en España, pero la falta de diagnóstico está dejando a una gran parte de los pacientes sin el tratamiento adecuado. **Es crucial aumentar la concienciación para que se pueda detectar y tratar esta condición de manera temprana,** mejorando así la calidad de vida de los afectados.

Conoce [cómo trabajamos](#) en BusinessInsider.

Etiquetas: [Trending](#)

TEMAS DEL DÍA

JAPÓN ACTIVA ALERTA DE TSUNAMI

EN VIVO: BOMBARDEOS DE ISRAEL

PRESIDENTE GUSTAVO PETRO

IDEAM

JOE B

CULTURA

CINE Y TV

ARTE Y TEATRO

MÚSICA Y LIBROS

GASTRONOMÍA

ENTRETENIMIENTO

GENTE



Buscar



Enviar



Comentar



Compartir



Contenido Automatizado

Gente

Los efectos en el cerebro de comer queso, según un neurólogo: no todos traen beneficios en la memoria y la función cognitiva



AD

Quesos.

FOTO: iStock

Es una fuente rica en nutrientes esenciales como la vitamina B12, el calcio y el fósforo, que son cruciales para el buen funcionamiento del cerebro.

NOTICIAS GDA



23 de septiembre 2024, 02:52 P.M.

Actualizado:23.09.2024 14:52

+ Ver Más



Unirse a whatsapp



El queso es uno de los alimentos más apreciados en todo el mundo, especialmente en la dieta mediterránea, y usted podría estar interesado en conocer su impacto en la salud cerebral. Este alimento ha sido objeto de numerosas investigaciones, **algunas de las cuales han revelado sus efectos positivos en la función cognitiva y la memoria**, según lo explica el neurólogo y neurocirujano Dr. Mill Etienne. E

Conforme a los criterios de



The Trust Project

MÁS INFORMACIÓN >

PUBLICIDAD

Estos hallazgos resultan especialmente prometedores ante el aumento de casos de demencia y Alzheimer en países como España, donde más de 800.000 personas padecen esta enfermedad, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN).





Se aconseja que observe cómo reacciona su cuerpo al consumir ciertos tipos de queso.

FOTO: iStock

El Dr. Etienne destaca que el queso influye en el cerebro gracias a dos aminoácidos presentes en su composición: el triptófano y la tirosina. Si usted consume queso, estará ingiriendo triptófano, que es un precursor de la serotonina, un neurotransmisor que regula el estado de ánimo.

(Más: [Seis pautas para ganar masa muscular sin ir al gimnasio ni levantar pesas: son rutinas para hacer en casa si no tiene tiempo](#)).

Esto sugiere que el queso podría ayudarle a mejorar su bienestar emocional. Por su parte, la tirosina estimula la producción de dopamina, la hormona del placer, lo que puede explicar por qué el consumo de

queso genera una sensación de satisfacción.

Además de estos aminoácidos, el queso es una fuente rica en nutrientes esenciales como la vitamina B12, el calcio y el fósforo, que son cruciales para el buen funcionamiento del cerebro. **La vitamina B12, en particular, tiene 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?

Si se pregunta qué tipo de queso es el mejor para su cerebro, el Dr. Etienne menciona un estudio japonés que sugiere que variedades como el feta y el cheddar tienen un efecto positivo en la memoria y la función cognitiva en adultos mayores.

Esta investigación, realizada en personas mayores de 65 años, mostró que **aquellos que consumían estas variedades de manera regular experimentaban mejoras en su rendimiento cerebral**.

(Además: [Lady Gaga, Kim Kardashian y las celebridades que han comprado la Tesla Cybertruck de Elon Musk](#)).

Sin embargo, es importante que usted tenga en cuenta que el Dr. Etienne también advierte sobre los riesgos asociados al consumo de quesos procesados, que con frecuencia contienen aditivos como el diacetilo, una sustancia que podría contribuir al deterioro de la memoria y aumentar el riesgo de enfermedades cerebrovasculares.

Por ello, si desea obtener los beneficios del queso, debería optar por variedades de alta calidad, preferiblemente aquellas bajas en lactosa, como el queso suizo, parmesano o cheddar.

¿Cómo elegir un queso saludable?

Para elegir un queso que beneficie tanto su cerebro como su salud en general, el Dr. Etienne le recomienda prestar especial atención a la calidad. **Los quesos frescos y artesanales, como el feta, elaborado con leche de oveja o cabra, son opciones más saludables en comparación con los quesos procesados**. Este tipo de leche no solo es más fácil de digerir, sino que también ofrece una mejor composición de nutrientes en comparación con la leche de vaca.

Finalmente, le aconseja que observe cómo reacciona su cuerpo al consumir ciertos tipos de queso. Si experimenta problemas digestivos, especialmente con aquellos ricos en lactosa, es posible que esto esté afectando también su salud cerebral.

Laura Guevara / El Universal (GDA)

Más noticias

Concilie el sueño en 10 minutos con la técnica de 'respiración de abeja'

Qué es un narcisista encubierto y cómo identificarlo

La tragedia de Karime Borja, la exreina de belleza cuyo hijo murió tras tres años en coma por un accidente

**Este contenido fue reescrito con la asistencia de una inteligencia artificial basada en información de El Universal (GDA) y contó con la revisión de una periodista y un editor.*