



| | | | | | | | | | | | | |
|-----------|---------------|----------------------------|----------|----------|-------------|---------|--------|--------------|---------|--------|---------|-----------|
| NACIONAL | INTERNACIONAL | economía y finanzas | DEPORTES | epsocial | TECNOLOGÍA | CULTURA | GENTE | INNOVA | LENGUAS | | | |
| OTR PRESS | TV | SALUD | CIENCIA | MOTOR | COMUNICADOS | Fotos | Vídeos | Cotizaciones | Sorteos | Tiempo | Tráfico | Cartelera |

Salud

CONSEJOS DE UNA EXPERTA

Treinta minutos de ejercicio para ganar el pulso al Parkinson



Foto: EP

[Ampliar](#)

BARCELONA, 22 Jun. (EUROPA PRESS)

La guía 'Ejercicios físicos de habla y voz para afectados de Parkinson', inspirada en los 15 años de experiencia de la neuróloga Àngels Bayés, recomienda a los afectados por esta enfermedad realizar un mínimo de 30 minutos de ejercicio al día para evitar parte de los síntomas degenerativos en su capacidad motora y de comunicación.

Bayés, que participó este lunes en la presentación de la guía en las instalaciones de la Asociación Catalana de Parkinson, indicó en declaraciones a Europa Press que, aunque la enfermedad no tiene una "cura efectiva" por el momento, está demostrado que la rehabilitación física desde los inicios de la enfermedad prevé y mejora la calidad de vida de los pacientes al cabo de los años.

La neuróloga, que es también la directora de la Unidad de Parkinson de la Clínica Teknon de Barcelona, señaló que, en el caso del habla, lo más importante es que los enfermos sean conscientes de sus "trastornos" para conseguir a partir de ahí una "comunicación efectiva".

El Parkinson es la segunda enfermedad neurodegenerativa en incidencia, y afecta a cerca de 100.000 personas en España, si bien el 30 por ciento de los enfermos podría estar todavía sin diagnosticar. Entre sus efectos se encuentran una serie de problemas motores -rigidez, bloqueo de articulaciones y pérdida de equilibrio- así como problemas de comunicación y de deglución.

La guía, que ya fue presentada en Madrid el 14 de abril, está pensada para que los ejercicios se realicen de forma regular y se compatibilicen con el tratamiento médico y farmacológico, aunque recomienda el reposo cuando se produzca fatiga. La autora asegura que el ejercicio contribuye a mejorar la vida del paciente y sus familiares.

Tratamiento Parkinson

Usando Células Madre Adultas del Organismo del Paciente. Informese

Tratamiento de Parkinson

La "Auriculoterapia permanente" Acupuntura de implante



[Más Noticias](#) [Más Leídas](#)

- CC.OO critica que el SAS no valora en las oposiciones de Psicología Clínica el programa PIR
- Aumentan un 6% las angioplastias primarias para tratar el infarto agudo de miocardio, según datos de la SEC
- Aumenta la demanda de implantes de silicona en glúteos para hombres, según expertos
- El Centro Infanta Leonor de Alicante inaugura los primeros 17 servicios de la campaña 'Súbete al carro por el autismo'
- El 88% de los catalanes no hace ejercicio físico a diario, la mayoría por falta de tiempo
- La OMS eleva a 231 las víctimas mortales a causa de la gripe A
- El nuevo centro de Atención Primaria de Barriomar dará asistencia a una población de 5.500 personas
- La Sociedad Española de Cuidados Paliativos nombra a Jesús Viguria socio de honor
- Expertos dicen que los 'caprichos', la deshidratación y los cambios de horario empeoran la dieta de los niños en verano
- Uno de cada cinco conductores de vehículos adaptados sufre molestias tras una hora de conducción, según estudio
- Una de cada tres personas con lesión medular padece dolor neuropático, según expertos