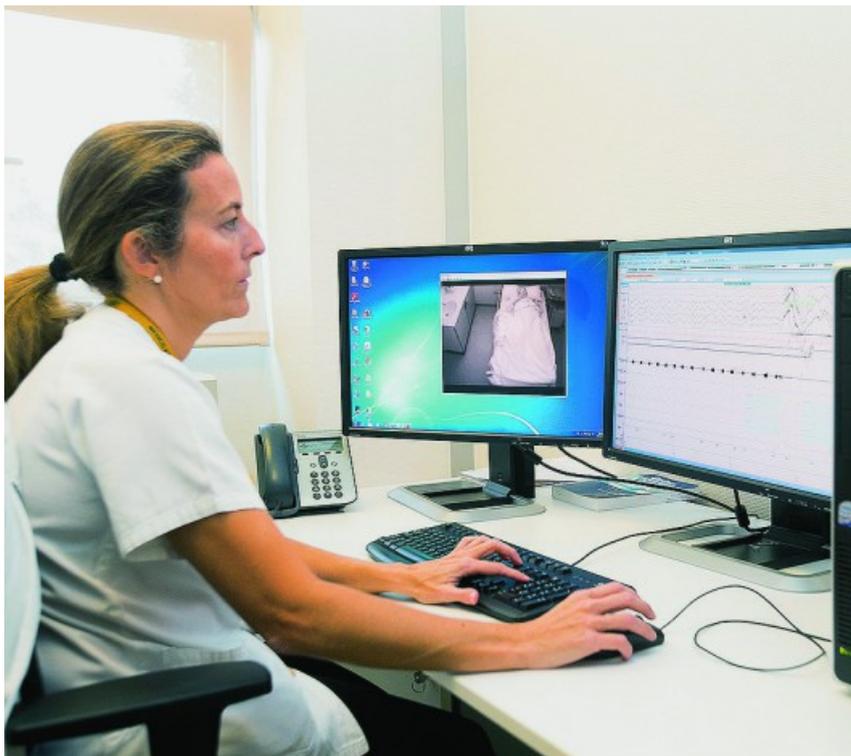


Castilla y León

Una médico vigila los registros de un paciente tratado en la Unidad del Sueño del Hospital Río Hortega de Valladolid, y su responsable, Félix del Campo



FOTOS: DOS SANTOS

Salamanca celebra sus 30 años como Patrimonio de la Unesco

V. S. José - Salamanca

El Ayuntamiento de Salamanca organiza desde hoy y hasta el jueves, diversas visitas guiadas, que saldrán desde el reloj de la Plaza Mayor a las 10.00, 12.00, 16.30 y 19.00 horas, con el objetivo de celebrar la fecha en la que se cumplen 30 años de la designación de la capital como Ciudad Patrimonio de la Humanidad por la Unesco.

Los tickets para realizar las visitas se podrán recoger en la Oficina de Información Turística desde las 10.00 y hasta las 14.00 horas hoy, y en los días sucesivos, en horario interrumpido, de 9.00 a 19.00 horas. Los grupos para realizar esta visita serán de un máximo de 50 personas.

Las actividades consistirán en una panorámica de exteriores por el casco histórico de la ciudad y tendrán una duración aproximada de hora y media. Además, ayer, fecha en la que se cumplieron exactamente los treinta años de la designación de la Unesco, todo el que se acercase hasta el Centro de Interpretación de la ciudad, Monumenta Salmanticae, en su horario habitual de los domingos, de 10.00 a 14.00 horas, pudo llevarse el póster conmemorativo del XXX Aniversario.

Para la jornada de hoy, Turismo de Salamanca organiza dos pases del recorrido teatralizado «La Ruta de los Manuscritos», que este verano formó parte de la programación de Plazas y Patios. Un recorrido con el patrimonio salmantino como protagonista con el atractivo añadido de los lugares en los que Luis García Jambrina ambienta su trilogía «Los manuscritos de Salamanca». Se realizarán dos pases, a las 12.00 y 17.00 horas, con salida desde la Plaza del Concilio de Trento.

Ambos serán además accesibles para personas con diversidad funcional y contarán con intérprete en lengua de signos. Para ello, la Sociedad de Turismo hizo una invitación a todas las asociaciones relacionadas con las se colabora habitualmente.

El sobrepeso condiciona la calidad del sueño de los castellanos y leoneses cada vez más

El 80% de los nuevos pacientes que llegan cada año al Río Hortega de Valladolid sufre apneas

J. Blanco- Valladolid

Cada vez son más los castellanos y leoneses que sufren de la apnea del sueño. Una enfermedad caracterizada por el cese de respiración mientras se duerme. Y una de las principales causas es por la obesidad, como señala el doctor Félix del Campo, especialista en Neumología y responsable de la Unidad del Sueño del Río Hortega de Valladolid que, junto con la de Burgos, es la más antigua en Castilla y León.

En declaraciones a este periódico, indica que la prevalencia de esta enfermedad, de origen desconocido, está creciendo con el paso de los años, en especial, por los malos hábitos, y que afecta sobre todo a aquellas personas que son obesas, o que toman alcohol o tabaco. Aunque es más frecuente entre los varones, sobre todo de mediana edad, también hay niños que la sufren, y crece en las mujeres cuando les llega la menopausia.

Cada año llegan a la Unidad unas 800 personas. «La gran ma-

yoría vienen derivados desde la Atención Primaria o de otras especialidades. Y ya aquí, se les comienza a hacer las pertinentes pruebas para analizar su actividad cerebral, el flujo aéreo o las paradas respiratorias que sufren. Si tienen más de quince ya existe enfermedad», manifiesta Del Campo, que cifra en el 80 por ciento de los casos que reciben las personas que sufren apneas.

El tratamiento de referencia es el CPAP, un dispositivo mecánico que suelta aire -que no oxígeno-, tratamiento que se encuentra financiado por la Seguridad Social, aunque existe un alto número de pacientes que no lo tolera por lo que deben ir a prótesis u a otras opciones terapéuticas, que «ya no están financiadas». Pero existen

«Todo el mundo tiene déficit del sueño»

En torno a un 30 por ciento de la población española sufre alguna patología del sueño, siendo la más grave el insomnio. No obstante, Félix del Campo asegura que «todo el mundo tiene déficit del sueño» y que una de las principales causas es que pasamos muchas horas del día con iluminación artificial. Algunos de los consejos para tener un sueño plácido: no hacer ejercicio a última hora de la noche, no ver la televisión en la cama o evitar bebidas como el café, el te o la cola antes de dormir.

un gran cantidad de dispositivos, el doctor Félix del Campo aconseja que estos, se construyan de forma personalizada y que permitan ser graduados.

Una enfermedad crónica que si no se pone remedio puede producir problemas en el día a día. «A lo largo plazo los enfermos tienen más problemas cardiovasculares y metabólicos y más mortalidad», apunta Del Campo que recomienda a los pacientes con obesidad a la restricción calórica y a un incremento de la actividad física.

Y para dar una mayor calidad de vida a los pacientes, Del Campo apuesta por crear un equipo multidisciplinar en el que trabajen de la mano neumólogos, fisiólogos, cirujanos maxiofaciales, otorrinos y pediatras.



El tratamiento de referencia para tratar la apnea del sueño es el CPAP, un dispositivo mecánico para evitar el colapso de la vía aérea