GalenicumVitae.com

believe in life

La guía rápida de la salud

Encontrarás información* sobre más de 150 enfermedades, sus tratamientos y valiosos consejos de como prevenirlas.

Digestivo

Anorexia nerviosa
La anorexia nerviosa es un trastorno de la alimentación caracterizado por el deseo de querer estar cada vez más delgado, hasta llegar a límites perjudiciales para la salud.

Prevención. Hábitos saludables con dietas completas y equilibradas, sin prescindir nunca de las tres comidas diarias.

Bulimia nerviosa
La bulimia nerviosa es el apetito voraz de alimentos de alto contenido calórico seguido de una conducta tendente al vómito para evitar el aumento de peso.

Prevención. Hábitos saludables con dietas completas y equilibradas, con el apoyo de la familia y los amigos.

Cáncer de colon y recto
El cáncer colorrectal es un tumor que se inicia en los tejidos del colon o del recto.

Factores de riesgo. Los pólipos colorrectales, la colitis ulcerosa, el sobrepeso, la inactividad física o una dieta mal equilibrada. Se recomiendan pruebas de detección a partir de los 50 años.

Cáncer de páncreas
El cáncer de páncreas es un tumor maligno que se desarrolla en el páncreas. Afecta a ambos sexos y es de muy difícil curación si no se detecta a tiempo.

Factores de riesgo. Pancreatitis crónica, cirrosis, el consumo de tabaco, sobrepeso y obesidad.

Caries
La caries dental es el deterioro de los dientes porque se acumulan restos de alimentos y ácidos que destruyen el esmalte.

Prevención. Cepillar a fondo los dientes, efectuar entre las piezas una profunda limpieza con hilo dental y finalizar con un completo enjuague bucal.

Celiaquía
La celiaquía es la intolerancia a los alimentos con gluten (proteína que se encuentra en trigo, centeno, cebada, avena y otros cereales).

Tratamiento. Una dieta estricta y continuada de alimentos sin gluten ayuda a conseguir la recuperación total y permanente de la lesión intestinal.

Cirrosis hepática
La cirrosis hepática es un tipo de fibrosis que afecta y degenera al tejido del hígado como consecuencia de diferentes enfermedades crónicas.

Prevención. Evitar el consumo de alcohol, moderar el consumo de sal, evitar las relaciones sexuales de riesgo y no compartir jeringas.

Cólico biliar
Los cólicos biliares son un dolor intermitente en la parte superior del abdomen, generalmente por debajo del lado derecho de la caja torácica.

Tratamiento. Con medicamentos y la ingesta de líquidos la mayoría de los cólicos biliares desaparecen después de 1 a 5 horas.

Diarrea
La diarrea es un proceso, no siempre de origen infeccioso, de carácter leve en la mayoría de los casos. La pérdida de fluidos por la diarrea, puede ocasionar deshidratación, desequilibrios electrolíticos y otras alteraciones.

Tratamiento. Consulta con tu médico si sientes dolor en el abdomen o el recto, fiebre y moco o sangre en las heces.

Estreñimiento
El estreñimiento es la presencia de un ritmo intestinal inferior a tres deposiciones semanales. Los síntomas más comunes son heces duras o secas y su evacuación puede ser, a veces, muy dolorosa.

Prevención. Comer alimentos ricos en fibra como frutas, verduras y granos, beber abundante agua y hacer suficiente ejercicio.

Gastritis y ERGE
La gastritis es la inflamación e irritación de la mucosa del estómago. Sus principales **síntomas** son la acidez, dolor en la parte superior del abdomen, náuseas y vómitos.

La Enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE), es otro tipo de inflamación de la mucosa digestiva, en este caso, del esófago.

Hepatitis
La hepatitis es una enfermedad inflamatoria del tejido del hígado.

Síntomas. Cansancio, dolor abdominal, orina oscura (coluria), ictericia (piel y conjuntivas amarillas), disminución del apetito, náuseas, vómitos y/o fiebre.

Hipoglucemia
La hipoglucemia se produce cuando hay un descenso excesivo del nivel de glucosa en la sangre.

Síntomas. Se manifiesta con sudoración, temblor, debilidad intensa, desorientación; si la situación no se trata puede producir pérdida de conciencia y convulsiones.

Sobrepeso y obesidad
El sobrepeso puede ocasionar múltiples problemas de salud y cardiacos.

Prevención. Alimentación sana y equilibrada, practicar ejercicio y mantener hábitos saludables (como subir y bajar escaleras o ir en bicicleta).

Úlcera gástrica
La úlcera de estómago es una lesión que se forma en la mucosa de este órgano.

Tratamiento. Incluye medicinas para reducir los ácidos del estómago o antibióticos para erradicar la bacteria *Helicobacter pylori*. La cirugía puede ser necesaria para las úlceras que recidivan o que presentan complicaciones.

Sangre

Anemia
La anemia aparece cuando disminuye la cantidad de hemoglobina, que es una proteína situada dentro de los glóbulos rojos (hematíes).

Factores de riesgo. Puede ser el resultado de trastornos hereditarios, problemas nutricionales, infecciones, algunos tipos de cáncer o la exposición a fármacos o toxinas.

Arteriopatía periférica (EAP)
La arteriopatía periférica está causada por el endurecimiento de las arterias, que impide recibir un mayor flujo de la sangre en el músculo cuando se necesita.

Síntomas. Consiste en la aparición de dolor a nivel de los miembros inferiores al caminar, que obliga a pararse, desaparece tras el descanso y vuelve a aparecer al reiniciar la marcha.

Embolia
La embolia o **ictus** son las manifestaciones agudas que causan una alteración de la circulación sanguínea en el cerebro, las células cerebrales mueren y ocurre el infarto cerebral.

Tratamiento. Los más efectivos solo son eficaces en las primeras horas. Es fundamental avisar cuanto antes a emergencias y explicarles los síntomas.

Hemorragia
La hemorragia es la pérdida de sangre desde el sistema circulatorio.

Tratamiento. Debemos contener la hemorragia y detener la pérdida de sangre. Hay que poner al afectado en posición horizontal con las piernas levantadas y detener la salida de sangre presionando con un trozo de ropa limpia.

Hemorragia cerebral
Una hemorragia cerebral (derrame) se produce cuando una arteria cerebral se rompe por una elevación de la presión arterial o por una malformación previa.

Factores de riesgo. Edad, sexo, genética y otros sobre los que sí se puede incidir como hipertensión arterial, obesidad o tabaquismo.

Leucemia
La leucemia es el cáncer de la médula ósea y afecta a los glóbulos blancos, aumentando su producción sin control.

Síntomas. Hemorragia nasal, sangrado en encías, decaimiento, mareos, inapetencia, disminución de peso, fiebre y debilidad.

Trombocitemia esencial
La trombocitemia esencial se produce por un crecimiento descontrolado de las plaquetas, que son unas partículas circulantes encargadas de detener las hemorragias.

Síntomas. Como las plaquetas no funcionan bien se pueden producir sangrados (hemorragias) o coágulos en la sangre (trombosis).

Trombosis
La trombosis venosa es la obstrucción de un vaso sanguíneo provocado por un coágulo de sangre.

Factores de riesgo. Se dan en personas de mediana edad (mayor índice en mujeres). Los síntomas son dolor o inflamación de la pantorrilla o el muslo, dependiendo de dónde afecte el coágulo de sangre.

Cardiovascular

Angina de pecho
La angina de pecho se caracteriza por un dolor opresivo, localizado detrás del esternón, ocasionado por el insuficiente aporte de sangre y oxígeno a las células del corazón.

Factores de riesgo. Afecta más a hombres que a mujeres, a partir de los 50 años. Sus causas son tabaquismo, hipertensión, colesterol elevado y diabetes.

Arritmia
La arritmia es una alteración en el ritmo de los latidos del corazón.

Factores de riesgo. Hay múltiples causas que afectan el ritmo cardiaco (haber tenido un ataque al corazón, fumar, defectos cardíacos congénitos y estrés). Algunas sustancias o medicinas también pueden causar arritmias.

Aterosclerosis
La aterosclerosis es el endurecimiento y pérdida de elasticidad de las arterias que sucede cuando las personas envejecen.

Prevención. Evitar el tabaco, seguir una dieta sana, practicar ejercicio de forma habitual y evitar la sal y los azúcares en la comida, para evitar el sobrepeso.

Hipercolesterolemia
La hipercolesterolemia se caracteriza por la presencia de niveles elevados de colesterol en la sangre.

Prevención. Dieta equilibrada, rica en cereales, verduras, legumbres y frutas. Reducir el sobrepeso y la ingesta de grasas. Ejercicio físico.

Hipertensión arterial
La hipertensión arterial se produce cuando la presión de la sangre que circula por las arterias es elevada de manera continuada.

Factores de riesgo. Se ven favorecidos en pacientes que fuman, con sobrepeso, que comen con mucha sal y grasas, que consumen tóxicos o los que no hacen ejercicio.

Hipertrigliceridemia
La hipertrigliceridemia es el exceso de concentración de triglicéridos en la sangre.

Factores de riesgo. Su origen puede ser genético, secundario a una enfermedad o a unos hábitos alimentarios de vida poco saludables. Un nivel alto de triglicéridos puede provocar arteriosclerosis.

Infarto de miocardio
El infarto de miocardio es la muerte de células del corazón o de parte del corazón por falta de riego sanguíneo, debido a una obstrucción total o parcialmente severa de una arteria coronaria.

Prevención. No fumar. Seguir una dieta saludable como la dieta mediterránea. El ejercicio físico es básico.

Insuficiencia cardiaca
La insuficiencia cardiaca se produce cuando el corazón no tiene la capacidad de bombear suficiente sangre al organismo, forzándolo a trabajar más de lo normal.

Prevención. Dejar de fumar, limitar la ingestión de sal, perder peso y controlar los factores desencadenantes. Reducir el esfuerzo físico excesivo.

Trombosis venosa profunda
La trombosis venosa la provoca un coágulo de sangre o trombo que se forma cuando la sangre se endurece pasando de líquida a sólida en una vena profunda.

Síntomas. Afecta principalmente a las grandes venas de la parte inferior de la pierna y el muslo, casi siempre en un lado del cuerpo.

Dermatología

Acné
El acné es una enfermedad común de la piel que provoca espinillas (comedones) y granos.

Factores de riesgo. No se conocen las causas, aunque es probable que los cambios hormonales tengan alguna relación. Se culpa al chocolate y a los alimentos grasos, pero hay pocas evidencias de que la dieta tenga algún efecto sobre el acné.

Cáncer de piel
El cáncer de piel es el tipo de cáncer que se forma en los tejidos de la piel debido a una excesiva exposición al sol.

Factores de riesgo. Es más frecuente entre las personas que pasan mucho tiempo bajo el sol, han sufrido quemaduras o tienen piel, cabellos y ojos claros.

Dermatitis
La dermatitis o **eccema** es una inflamación de la piel causada por la exposición de la piel a una sustancia irritante.

Causas. La dermatitis de contacto alérgica es provocada por la exposición a una sustancia o material al que uno se ha vuelto muy sensible o alérgico.

Dermatosis
Una dermatosis es una enfermedad de la piel. También las enfermedades del pelo y las uñas son consideradas enfermedades cutáneas. La piel es un sistema que regula la temperatura corporal, recibe los estímulos, no permite que determinadas sustancias entren en el organismo y representa una barrera frente a los efectos perjudiciales del sol.

Herpes
El herpes es una enfermedad infecciosa inflamatoria de causa vírica, que se caracteriza por la aparición de lesiones cutáneas.

Tratamiento. Actualmente no existe una cura definitiva para el herpes, pero hay tratamientos que reducen los síntomas y aceleran el proceso de curación.

Insolación
La insolación es una enfermedad producida por tomar demasiado el sol o por permanecer en un lugar con una temperatura elevada durante demasiado tiempo.

Síntomas. Náuseas, vómitos, cefalea, calor de la piel, sopor y alteración de las fibras musculares expuestas durante demasiado tiempo a la radiación ultravioleta.

Micosis
Una micosis es una infección producida por un hongo.

Factores de riesgo. Algunos hongos se reproducen mediante diminutas esporas en el aire. Esas esporas pueden inhalarse o pueden caer sobre las personas (iniciando infecciones en pulmones o piel). Es más probable que contraigas una infección micótica si tienes un sistema de defensas debilitado.

Urticaria
La urticaria son ronchas rojizas que aparecen en la piel. La urticaria es un fenómeno muy común.

Causas. Suele ser provocada por una reacción alérgica a un fármaco o una comida, aunque en muchas ocasiones la causa permanece oculta.

Genitourinario, gestación y fertilidad

Genitourinario

Cáncer de próstata
La próstata es una glándula que se encuentra debajo de la vejiga de los hombres y produce el líquido que forma parte del semen. Este tipo de cáncer es muy común en hombres de edad avanzada.

Síntomas. Problemas para orinar, dolor en la parte baja de la espalda y dolor al eyacular.

Cistitis
La cistitis es la inflamación aguda o crónica de la vejiga urinaria. Puede ser dolorosa y molesta, y puede convertirse en un problema de salud grave si la infección se propaga a los riñones.

Factores de riesgo. La cistitis se da con mayor frecuencia en las mujeres.

Cólico nefrítico
Una piedra o un **cálculo renal** es un conjunto de materiales sólidos que se forma en el riñón debido a sustancias presentes en la orina.

Prevención. Beber abundantemente, consumir fibras, tomar alimentos con vitamina A y B, consumir más pescado que carne y hacer ejercicio.

Disfunción eréctil
La disfunción eréctil (DE) son las dificultades para lograr o mantener una erección lo suficientemente firme para tener una relación sexual.

Tratamiento. Habla con tu médico. La DE puede ser una señal de problemas de salud. Puede significar que tienes una lesión vascular originada por la diabetes.

Enfermedades de transmisión sexual
Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son infecciones adquiridas por una persona tras mantener relaciones sexuales sin protección con una persona ya infectada.

Factores de riesgo. Se pueden contagiar a través de las relaciones anales, vaginales, orales o por contacto sanguíneo.

Enuresis
La enuresis es una enfermedad de la que se desconoce la causa exacta. Muchos niños mojan la cama hasta que tienen 5 años o incluso más.

Causas. La vejiga del niño puede ser demasiado pequeña. También puede ser que la cantidad de orina producida durante la noche sea mayor que lo que la vejiga puede contener.

Hiperplasia benigna de próstata (HBP)
La hiperplasia benigna de próstata es una enfermedad que afecta mayoritariamente a hombres a partir de los 50 años de edad.

Síntomas. Dificultad para orinar con poca fuerza, necesidad de orinar continuamente o por la noche. Necesidad de apretar para vaciar la vejiga. Sensación de que la vejiga no se vacía.

Insuficiencia renal
La insuficiencia renal o **fallo renal** se produce cuando los riñones no son capaces de filtrar adecuadamente las toxinas y otras sustancias de desecho de la sangre.

Prevención. Hábitos de vida sanos (dieta equilibrada y sin sal, ejercicio físico regular y no fumar).

Nocturia
La nocturia es un síntoma que ocurre cuando las personas se despiertan un par o tres de veces durante la noche para ir a orinar.

Causas. Es habitual a partir de los 50 años, pero algunos pacientes lo sufren antes. Afecta más a los hombres, de cada diez afectados, solo tres son mujeres.

Gestación y fertilidad

Amenorrea
La amenorrea es la ausencia de menstruación, se puede deber tanto a factores físicos como psicológicos.

Factores de riesgo. Cuando la primera menstruación no ha presentada durante la pubertad (antes de los 16 años). Es frecuente en adolescentes muy delgadas o muy atléticas.

Anticoncepción
La anticoncepción es el conjunto de métodos desarrollados para controlar la natalidad y prevenir los embarazos no deseados.

Métodos. Preservativos, diafragmas, dispositivos intrauterinos, píldoras anticoncepticias y esterilización. Consulta con tu médico para encontrar el método más recomendable.

Cáncer de mama
El cáncer de mama es un tumor maligno en el tejido mamario.

Factores de riesgo. Mucho más frecuente en la mujer, puede deberse a antecedentes familiares, menopausia tardía, estrés, obesidad, terapia hormonal sustitutiva y estilo de vida.

Cáncer de ovario
El cáncer de ovario es un tumor maligno que aparece en cualquiera de los ovarios.

Factores de riesgo. Las mujeres de mayor edad tienen más probabilidades. Cerca del 50% de las mujeres con cáncer de ovario tiene más de 40 años, y en su mayoría tienen 60 años o más.

Embarazo
El embarazo es la implantación de un óvulo fecundado en la capa interna del útero. La duración normal de un embarazo es de 9 meses.

Consejo. Deberás consultar periódicamente a tu médico. Estas visitas para el cuidado prenatal son muy importantes tanto para ti como para el bebé.

Esterilidad femenina
La esterilidad femenina es un término que se usa cuando una mujer no ha podido quedar embarazada después de haberlo intentado por lo menos durante un año.

Causas. La mayoría de los casos de esterilidad femenina son a causa de problemas de ovulación.

Esterilidad masculina
La esterilidad masculina se produce cuando los espermatozoides de un hombre no son útiles para concebir hijos.

Prevención. Un análisis de menstruación, aportará información al médico sobre el recuento de espermatozoides y la calidad de los mismos. El especialista te aconsejará la mejor forma de tratamiento.

Menopausia
La menopausia es el período de la vida de una mujer en el que deja de tener menstruaciones durante más de 12 meses.

Síntomas. Ausencia de menstruación, aparición de calores y/o sudoración nocturna, dificultad para dormir, sequedad vaginal, cambios de humor, menos cabello y más vello facial.

Hormonas

Diabetes mellitus
La diabetes es un conjunto de trastornos metabólicos que afecta a diferentes órganos y tejidos, caracterizándose por un aumento de los niveles de glucosa en sangre.

Tratamiento. Seguir y mantener unos hábitos saludables para evitar complicaciones como el pie diabético.

Enfermedades de la tiroides
La glándula tiroides, ubicada en la parte delantera del cuello, produce hormonas tiroideas.

Causas. Cuando la glándula tiroides se agranda (bocio), puede producir poca, suficiente o demasiada hormona tiroidea.

Enfermedades de las paratiroides
Las paratiroides son cuatro pequeñas glándulas situadas en el cuello. Producen una hormona que ayuda al cuerpo a mantener el equilibrio entre calcio y fósforo.

Causas. Si esta hormona paratiroidea se produce en exceso o hay una insuficiencia, se producen desajustes.

Enfermedades inmunes y autoinmunes
El sistema inmunitario es una red compleja de células, tejidos y órganos que funcionan en equipo para defendernos de los gérmenes.

Causas. Deficiencias en el sistema de defensa (inmunes) o ataques por error a las propias células y órganos (autoinmunes).

Hipercolesterolemia
La hipercolesterolemia no se considera una patología sino un desajuste metabólico que contribuye al desarrollo de muchas enfermedades cardiovasculares.

Factores de riesgo. Malos hábitos alimenticios, con dietas ricas en grasas saturadas. Existen formas congénitas de hipercolesterolemia.

Hipertrigliceridemia
La hipertrigliceridemia es el exceso de concentración de triglicéridos en la sangre. Los niveles normales se encuentran por debajo de 150 mg/dl.

Tratamiento. En caso de niveles elevados, recibir tratamiento médico. Seguir una dieta sana baja en calorías y reducir la ingesta de grasas.

Síndrome metabólico
El síndrome metabólico es un conjunto de trastornos del organismo que predispone a desarrollar una enfermedad cardiaca, cerebrovascular y/o diabetes.

Factores de riesgo. Las personas mayores tienen más posibilidades de padecerlo y contraer enfermedades crónicas graves.

Trastornos del crecimiento
Los trastornos del crecimiento ocurren cuando los niños son más altos o más bajos de lo que les correspondería por su edad.

Causas. La glándula hipofisaria produce la hormona que estimula el crecimiento de los huesos y otros tejidos. Los niños que no producen suficiente hormona tienen muy baja estatura.

Vitaminas
Las vitaminas no aportan energía pero sin ellas el organismo no es capaz de aprovechar los elementos constructivos y energéticos suministrados por la alimentación.

Una falta de estas vitaminas ocasiona enfermedades como el escorbuto, la pelagra, el raquitismo y el beriberi.

Infecciones

Cistitis
Cistitis es el término médico utilizado para referirse a la inflamación de la vejiga.

Factores de riesgo. Se da con mayor frecuencia en las mujeres, en buena medida por razones anatómicas pero también por la predisposición en diferentes etapas de su vida como el embarazo o la menopausia.

Difteria
La difteria es una infección altamente contagiosa y mortal causada por bacterias.

Prevención. La difteria provoca lesiones principalmente en la piel, en el corazón, los riñones y el sistema nervioso, por lo que es recomendable y efectivo vacunar a los niños.

Fiebre
La fiebre consiste en una temperatura corporal más elevada de lo normal (a partir de 37 °C o más).

Causas. Las infecciones causan la mayoría de las fiebres. Puede haber otras causas: medicinas, golpes de calor, cánceres y las enfermedades autoinmunes.

Fiebres hemorrágicas virales
Las fiebres hemorrágicas virales son un grupo de enfermedades altamente contagiosas, causadas por los virus Ébola y Marburg y el virus de la fiebre de Lassa.

Características. Lesionan los vasos sanguíneos y alteran la capacidad del cuerpo para autorregularse, causando en muchos casos la muerte.

Gripe
La gripe es una enfermedad respiratoria vírica. Produce fiebre elevada, tos, dolor de cabeza y malestar general.

Factores de riesgo. En los niños muy pequeños, en ancianos y enfermos graves, provoca complicaciones que requieren actuaciones específicas. Se recomienda vacunarse.

Lepra
La lepra es una enfermedad infecciosa crónica.

Factores de riesgo. La lepra no es muy contagiosa; se transmite por gotas nasales y orales cuando hay un contacto estrecho y frecuente con enfermos no tratados. La lepra es una enfermedad curable. Si se trata en las primeras fases, se evita la discapacidad.

Micosis
La micosis está generada por hongos que causan infecciones en las personas.

Tratamiento. Para las infecciones en piel y uñas se puede aplicar medicamentos directamente sobre el área infectada. Para las infecciones graves se administran por vía oral.

Neumonía
La neumonía es una inflamación del pulmón causada por una infección que afecta a una parte o a todo el órgano.

Causas. Puede ser causada por una gran variedad de gérmenes (como bacterias, virus, etc.) que entran en los pulmones a través del aire que respiramos.

Paperas
Las paperas son una enfermedad vírica aguda y contagiosa de persona a persona.

Factores de riesgo. Es más común en niños de entre 2 y 12 años que no han sido vacunados. Aunque puede darse a cualquier edad, las complicaciones son más habituales en los adultos.

Poliomielitis
La poliomielitis es una enfermedad que ataca el sistema nervioso y la causa el virus de la polio, que afecta principalmente a los niños.

Tratamiento. La vacuna por vía oral da una inmunidad muy duradera y efectiva.

Rubeola
La rubeola es una infección contagiosa que se presenta con una erupción en la piel.

Factores de riesgo. Afecta más a niños, ocasionando fiebre, dolores musculares y articulares, dolores de cabeza, indisposición y secreción nasal.

Sarampión
El sarampión es una enfermedad vírica aguda, caracterizada por una erupción roja en la piel.

Prevención. Es muy importante estar vacunado ya que la enfermedad todavía existe y por tanto el virus puede infectar a cualquier persona no protegida.

SIDA
El SIDA es una enfermedad producida por un virus (VIH) que destruye las defensas del cuerpo.

Contagio. Se puede transmitir siempre que llegue una cantidad suficiente de sangre, semen, flujo vaginal y leche materna de la persona infectada a la persona sana.

Tétanos
El tétanos es una enfermedad causada por una bacteria que puede vivir en el suelo, el polvo y en el estiércol.

Causas. Lesiones en la piel (heridas, mordeduras, quemaduras, *piercings* y tatuajes realizados con materiales no esterilizados).

Tuberculosis
La tuberculosis es una enfermedad contagiosa producida por el bacilo *Mycobacterium tuberculosis* que afecta principalmente a los pulmones, aunque también puede afectar a otros órganos.

Síntomas. Debilidad, pérdida de peso, fiebre y sudoración nocturna.

Varicela
La varicela es una enfermedad infecciosa causada por el virus de la varicela zóster.

Síntomas. El primer signo de varicela es la aparición de unas pequeñas lesiones de color rojo en la piel que, en un primer momento, se pueden confundir con picaduras de insecto.

Oncología e inmunología

Alergias
La alergia es una reacción de tu sistema inmunológico hacia algo que no molesta a la mayoría de las personas.

Prevención. Es fundamental identificar al culpable de la alergia (alérgeno), para poder evitarlo. Proteger la piel del sol y evitar los olores fuertes de productos alimenticios y de limpieza.

Artritis reumatoide
La artritis reumatoide es una forma de artritis que causa dolor, inflamación, rigidez y pérdida de la función de las articulaciones.

Factores de riesgo. Puede afectar cualquier articulación, pero es común en las muñecas y los dedos de manos y pies. Es más frecuente en las mujeres.

Cáncer de colon y recto
El cáncer colorrectal no suele presentar síntomas alarmantes en sus fases iniciales y los más habituales pueden pasar desapercibidos porque son inespecíficos.

Tratamiento. Depende de la localización del tumor, del grado de extensión y de situación de salud específica de cada persona.

Cáncer de mama
El cáncer de mama es un tumor maligno en el tejido mamario.

Prevención. La autoexploración, los exámenes regulares y las mamografías ayudan a reducir el riesgo de cáncer de mama. Diagnosticarlo cuanto antes es fundamental.

Cáncer de ovario
El cáncer de ovario es un tumor maligno que aparece en cualquiera de los ovarios y que suele no tener síntomas.

Tratamiento. Para diagnosticarlo se hacen exámenes físicos, pélvicos, análisis de laboratorio, ecografías o biopsias. Se suele operar seguido de quimioterapia.

Cáncer de páncreas
El cáncer de páncreas es un tumor maligno que se desarrolla en el páncreas, una glándula localizada entre el estómago y la columna vertebral.

Factores de riesgo. Esta enfermedad afecta a hombres y mujeres por igual y es de muy difícil curación si no se detecta a tiempo.

Cáncer de piel
El cáncer de piel es el tipo de cáncer que se forma en los tejidos de la piel debido a una excesiva exposición al sol.

Tratamiento. Consulta a tu médico si notas que una mancha o lunar ha cambiado de forma, tamaño y/o color, se hace dolorosa o tienes una lesión en la piel que ha aparecido recientemente y va creciendo.

Cáncer de próstata
El cáncer de próstata es raro en hombres menores de 40 años pero es muy común en hombres de edad avanzada.

Tratamiento. Cirugía, radioterapia, terapia hormonal, quimioterapia o una combinación.

Cáncer de pulmón
El cáncer de pulmón es un tumor maligno que se desarrolla en los pulmones.

Factores de riesgo. Las probabilidades de contraerlo aumentan con la edad. También influye fumar en exceso, la exposición a ambientes con humo y la polución ambiental.

Enfermedades inmunes y autoinmunes
El sistema inmunitario es una red compleja de células, tejidos y órganos que funcionan en equipo para defendernos de los gérmenes.

Causas. Deficiencias en el sistema de defensa (inmunes) o ataques por error a las propias células y órganos (autoinmunes).

Esclerosis múltiple
La esclerosis múltiple es una enfermedad autoinmune (nuestras defensas actúan contra nuestro propio cuerpo) y crónica del sistema nervioso central.

Síntomas. Las manifestaciones iniciales son habitualmente leves y pueden desaparecer sin tratamiento, pero con el tiempo pueden llegar a ser más numerosas y graves.

Inmunodeficiencias
El sistema inmunitario nos protege de las enfermedades, atacando a las células dañinas para nuestro organismo.

Causas. Los trastornos del sistema inmunitario se producen cuando este sistema no funciona bien y no combate tumores o sustancias extrañas como debería.

Leucemia
La leucemia es el cáncer de la médula ósea y afecta a los tres componentes de la sangre: los glóbulos blancos que combaten las infecciones, los glóbulos rojos que transportan el oxígeno y las plaquetas que detienen las hemorragias.

Tipos. La leucemia puede ser crónica (empeora en forma lenta) o aguda (empeora rápidamente).

Lupus
El lupus es un trastorno del sistema inmunitario, que identifica erróneamente como extrañas las células propias.

Síntomas. Afecta a las mujeres en edad fértil y produce dolor e inflamación articular, fiebre y erupciones cutáneas (generalmente en la cara) entre otras muchas manifestaciones.

Psoriasis
La psoriasis es una enfermedad de la piel, no contagiosa, que provoca irritación y enrojecimiento de piel, con escamas plateadas.

Causas. Es el resultado de un defecto inmunológico congénito que desencadena un crecimiento excesivo de la piel.

SIDA
El SIDA, "Síndrome de la inmunodeficiencia adquirida" es una enfermedad que destruye las defensas del cuerpo.

Tratamiento. El SIDA no se cura, pero existen tratamientos que dificultan la multiplicación del virus y que ayudan a mejorar la calidad de vida de aquellas personas que están infectadas por el VIH.

Tumores cerebrales
Un tumor cerebral, se origina en el tejido del cerebro y puede ser benigno, sin células cancerosas o maligno, con células cancerosas que crecen rápidamente.

Tratamiento. Depende del tipo de tumor cerebral y existen múltiples terapias para combatirlo con garantías.

Musculoesquelético

Artritis reumatoide
La artritis reumatoide es una forma de artritis que causa dolor, inflamación, rigidez y pérdida de la función de las articulaciones.

Factores de riesgo. Puede afectar cualquier articulación, pero es común en las muñecas y los dedos de manos y pies. Es más frecuente en las mujeres.

Artrosis
La artrosis causa dolor y rigidez en las articulaciones, generalmente sin inflamación.

Factores de riesgo. Se asocia al envejecimiento y es más común en mujeres. Está causada por sobrepeso, trabajos físicos continuados y fracturas o lesiones previas en articulaciones.

Dolor e inflamación
El dolor y la inflamación son señales que alertan sobre un problema en el organismo.

Causas. La inflamación se produce como respuesta de defensa ante un estímulo o a una agresión (externa o interna) para evitar su progresión o que no se expanda por el cuerpo. Al inflamarse una zona, se oprimen las terminaciones nerviosas y aparece el dolor.

Fibromialgia
La fibromialgia es un trastorno común y la mayoría de afectados son mujeres (90%).

Síntomas. Se caracteriza por la presencia de un intenso dolor generalizado crónico, fatiga que no mejora con el reposo, insomnio, hormigueo en las extremidades, trastornos abdominales, ansiedad y depresión.

Gota
La gota es un tipo de artritis que se forma por la acumulación de cristales microscópicos de ácido úrico en articulaciones y tejidos blandos.

Síntomas. Produce hinchazón, enrojecimiento, calor y rigidez en las articulaciones. Sucede cuando el cuerpo produce demasiado ácido úrico o no lo elimina adecuadamente.

Hernia discal
Una hernia discal es un disco que se desplaza fuera de su lugar o se rompe. Si al romperse presiona un nervio, puede causar dolor irradiado por la espalda o por la pierna (ciática).

Síntomas. Dolor de espalda y cuello, hormigueo o entumecimiento, espasmos musculares o debilidad.

Lumbalgia
La lumbalgia se caracteriza por dolores en la parte baja de la espalda (la región lumbar).

Causas. Esfuerzos continuados, sobreesfuerzos puntuales (levantar cajas o elementos muy pesados) y las posturas inadecuadas durante mucho tiempo.

Lupus
El lupus es un trastorno del sistema inmunitario, que identifica erróneamente como extrañas las células propias.

Síntomas. Dolor o inflamación en las articulaciones, dolores musculares, fiebre y erupciones cutáneas (generalmente en la cara) entre otras muchas manifestaciones.

Osteoporosis
La osteoporosis es una enfermedad en la que el hueso se vuelve más poroso, con más aire en su interior, aumentando el número y el tamaño de las cavidades que existen en su interior.

Factores de riesgo. Enfermedad común en la vejez y más frecuente en mujeres.

Salud mental y sistema nervioso

Salud mental

Alcoholismo
El alcohol es la droga más consumida y aceptada socialmente en nuestro medio.

Efectos. El consumo excesivo y habitual puede perjudicar el hígado y el páncreas y puede causar úlceras de estómago, desnutrición y trastornos en el sistema nervioso.

Anorexia nerviosa
La anorexia nerviosa está ocasionada por diversas causas: depresión, trastornos obsesivos-compulsivos, causas familiares, influencia del entorno, etc.

Tratamiento. El apoyo de la familia es fundamental. Esta colaboración mejora las expectativas de curación y el pronóstico de la enfermedad.

Ansiedad
La ansiedad o **angustia** es una sensación o estado emocional normal que aparece ante determinadas experiencias de la vida.

Prevención. Hablar de ello puede ayudar. Pruebe con un amigo o familiar que sepa escuchar y confíe en un especialista clínico.

Autismo
El autismo es un trastorno grave del desarrollo que afecta de forma profunda a la persona.

Síntomas. Se manifiesta a través de la incapacidad de interacción social, el aislamiento del entorno y una personalidad replegada sobre sí misma.

Bulimia nerviosa
La bulimia nerviosa provoca anormalidad en el patrón alimentario, estados de culpa, cansancio excesivo y oscilaciones de peso significativas.

Tratamiento. Es aconsejable familiar es fundamental ya que mejora las expectativas de curación y el pronóstico de la enfermedad.

Burnout
El síndrome de burnout también se conoce como síndrome de desgaste profesional.

Síntomas. Estrés prolongado en el puesto de trabajo. Se manifiesta a través de fatiga crónica, ineficacia en las tareas, desinterés en el trabajo y negación de la situación.

Demencia
La demencia está asociada con la disminución progresiva de las funciones cognitivas (memoria y lenguaje).

Factores de riesgo. Afecta a personas mayores y puede estar causada por el Alzheimer o por un derrame cerebral.

Depresión mayor
La depresión es un sentimiento de tristeza que no desaparece y va acompañado de un malestar general.

Síntomas. Bajo estado de ánimo, desesperanza y pérdida de interés por actividades cotidianas normales, sentimientos de culpa o falta de autoestima.

Drogadicción
Las drogas son sustancias químicas (adictivas) que, cuando se introducen en el organismo, producen cambios sobre el sistema nervioso central.

Síntomas. Dependencia psicológica y física. Ante un consumo continuado aumenta la tolerancia, lo que provoca un aumento de la cantidad de sustancia consumida.

Esquizofrenia
La esquizofrenia es un trastorno mental severo, caracterizado por profundas alteraciones en el pensamiento y en el lenguaje.

Tratamiento. El paciente suele no darse cuenta de la enfermedad o no quiere aceptarla. Se recomienda ayuda médica.

Estrés
El estrés es una reacción física y emocional ante situaciones extremas.

Síntomas. Nerviosismo, irritabilidad, confusión, dificultad para concentrarse, pensamientos repetitivos, excesiva autocrítica, olvidos, preocupación por el futuro.

Psicosis
Los trastornos psicóticos son alteraciones mentales graves que causan percepciones anormales de la realidad. El abuso de alcohol, determinadas drogas, ciertos medicamentos, enfermedades y tumores cerebrales e ictus, pueden generar brotes psicóticos.

Síntomas. Delirios y alucinaciones. Desorganización del pensamiento y el habla.

Suicidio
Los suicidios se pueden prevenir. Las enfermedades mentales y los trastornos por consumo de alcohol, el abuso de sustancias, la violencia, las sensaciones de pérdida, constituyen importantes factores de riesgo.

Síntomas. Estados depresivos. Desesperanza. Sentimientos de soledad y aislamiento. Sufrimiento y dolor por una enfermedad física.

Tabaquismo
El consumo de tabaco es la primera causa de pérdida de salud y de mortalidad prematura y evitable.

Tratamiento. Existen numerosos tratamientos para dejar de fumar (farmacológicos, acupuntura, etc.). Los más eficaces son los que proponen un abordaje multimodal.

TDAH
El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad es una alteración del comportamiento.

Factores de riesgo. Se inicia en edad infantil (se diagnostica tres veces más en niños que en niñas) y se caracteriza por un aumento de la actividad física, impulsividad y dificultad para mantener la atención.

Trastorno bipolar
El trastorno bipolar es una enfermedad mental que genera cambios bruscos en el estado de ánimo. Causa cambios inusuales de felicidad a tristeza y viceversa.

Síntomas. El trastorno bipolar no es lo mismo que los altibajos que experimentan todas las personas. Los síntomas bipolares son más potentes.

Trastornos del sueño
Los trastornos del sueño alteran el desarrollo del ciclo de descanso nocturno.

Síntomas. Insomnio, somnolencia todo el día, pausas en la respiración nocturna (apneas), orinarse en la cama, terrores nocturnos, pesadillas y sonambulismo.

Sistema nervioso

Enfermedad de Alzheimer
La Enfermedad de Alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa del cerebro que ocasiona pérdida de