



LO MÁS NUEVO



**UN PLAN PARA PREVENIR LA GRIPE**

La Organización Mundial de la Salud ha presentado su programa contra la gripe para el período 2019-2030, con el objetivo de prevenir los brotes estacionales y controlar la transmisión de los virus. «Debemos estar preparados y alerta, pues el coste de un gran brote de gripe será mucho mayor que el de la prevención ante él», ha dicho el director general de la organización, Tedros Ghebreyesus, a través de un comunicado.

**NUEVA TERAPIA PARA LA PRÓSTATA**

Llega a nuestro país una nueva terapia que podría mejorar la vida de millones de hombres en el mundo. Concretamente, la de aquellos que a partir de los 50 años empiezan a notar las dificultades que acarrea el agrandamiento de la próstata: necesidad de orinar por la noche, vaciado incompleto de la vejiga, sensación urgente de miccionar, dificultad para la expulsión o un flujo lento y débil. Los tratamientos existentes hasta el momento producen a menudo problemas de disfunción sexual, pero esta avanzada técnica —que se basa en la radiofrecuencia— garantiza la preservación de sus funciones. La presentará oficialmente en abril la Asociación Española de Urología, pero de momento solo la ofrecerán clínicas privadas.

**ANTICONCEPTIVO REVOLUCIONARIO**

Un grupo de investigadores del Instituto de Tecnología de Georgia (Estados Unidos) han dado un gran salto al diseñar un revolucionario anticonceptivo de acción prolongada. Se trata de un parche con unas agujas microscópicas que se pone en la piel y que es totalmente indoloro. Los actuales anticonceptivos de larga duración son muy efectivos, pero generalmente requieren que un profesional de la salud inyecte el medicamento o implante un dispositivo a la mujer. En el caso del nuevo anticonceptivo, la propia paciente podrá administrárselo sola.



**CALIDAD DE SUEÑO Y RENDIMIENTO**

Un nuevo estudio realizado en España revela que la calidad del sueño, la dieta mediterránea y la práctica regular de actividad física influyen en el rendimiento académico y la cognición en la adolescencia. Investigadores de la Universidad de Castellón han analizado la influencia de estos hábitos en los jóvenes de la ESO.

**DESVELAN CÓMO LOS GENES DEL CEREBRO CAMBIAN CON LOS ALIMENTOS QUE SE COMEN**

Científicos del Centro de Regulación Genómica han desvelado que los genes de las distintas áreas del cerebro van cambiando según los alimentos que ingerimos. Esto, dicen, abre una puerta a nuevas investigaciones para atajar la obesidad, ya que en su investigación estudiaron los cambios en los genes del cerebro de los ratones a los que suministraron una dieta de chocolate. Estos ejemplares acabaron con sobrepeso y con conductas compulsivas, de manera similar a como se desarrolla la obesidad en los humanos. La obesidad es un problema creciente en todo el mundo; en Estados Unidos, los expertos predicen que más del 85% de los adultos tendrán sobrepeso o serán obesos en 2030.