

Derriban el monolito de Platja d'Aro similar al de Utah

GIRONA / EFE

El monolito metálico de más de dos metros que apareció el pasado martes en una playa de Castell-Platja d'Aro (Girona), similar al hallado en el desierto de Utah (EE.UU.) en 2020, ha amanecido este jueves derribado sobre la arena, por lo que será trasladado a otro emplazamiento.

Fuentes municipales han señalado que, en concreto, el monolito será trasladado mañana al espacio escultórico al aire libre Parc dels Estans de esta localidad de la Costa Brava. Según estas fuentes, la Policía ha sido alertada de que se estaba cometiendo un acto vandálico contra el monolito por parte de varias personas, que han sido identificadas cuando ya habían causado desperfectos en la estructura.

El Ayuntamiento había establecido un perímetro de protección alrededor del monolito para evitar precisamente actos vandálicos y ahora ha optado por trasladarlo ante la posibilidad de que se repitan.

JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ SASTRE PSQUIATRA

«En los niños con autismo si no se mantienen las rutinas se produce el caos»

Indica que la melatonina suele ser un buen tratamiento para regular el sueño

JAVIER BECERRA
REDACCIÓN / LA VOZ

Los niños con trastorno del espectro autista suelen tener asociado un trastorno del sueño. «Tardan mucho en dormirse, por lo que a veces el sueño es más corto de lo que debería y eso repercute en las manifestaciones clínicas», señala Jose Luis Fernández Sastre, jefe de Psiquiatría en el Hospital Álvaro Cunqueiro de Vigo.

—¿El trastorno se retroalimenta con la falta de sueño?

—Los trastornos del neurodesarrollo con algo muy biológico y el trastorno del sueño forma parte del propio trastorno, sea hipe-

ractividad, sea autismo. Lo que se trata es de regular lo mejor posible. Primero, por el propio descanso, pero también porque parece que puede mejorar las alteraciones conductuales durante el día. Pero, de momento, de esto hay una evidencia baja.

—¿Qué se puede hacer?

—Lo primero, las medidas higiénicas. Acostarse a la misma hora, no tener móviles, no utilizar pantallas... Son una serie de normas comunes. Si eso no llega, ahora está muy en boga la melatonina, que tiene muy pocos efectos secundarios. Es un regulador del sueño. En ese caso hay que valorar la latencia del sueño, es decir lo que tarde uno en dormir-



Jose Luis Fernández Sastre, en su consulta profesional.

se. Tiene que aumentar. Hay estudios que dicen que la melatonina la incrementa en un 30 %. Luego está la duración del sueño.

—¿Y si no funciona?

—Ahí ya hay que recurrir a fármacos, sean tranquilizantes o hipnóticos.

—¿El confinamiento cómo ha afectado en esos niños?

—Ha habido niños con autismo a los que el confinamiento les ha venido bien, como los que tienen el síndrome de Asperger. Como la mayor dificultad que tienen es relacionarse, para ellos ha sido

un alivio, retirando una fuente de estrés. El problema llega cuando con en el aislamiento no eres capaz de mantener horarios y rutinas. En los niños con autismo si no se mantienen las rutinas se puede producir el caos.

—¿Cuanto más temprano se traten los desajustes mejor?

—Claro, pero esto es para todas las personas. El único mecanismo que tiene de limpieza el cerebro es el sueño. Tendríamos que dormir ocho horas y vivimos en una sociedad en la que nos acostumbamos a dormir seis horas.

LOTERÍA

LOTERÍA NACIONAL											
SORTEO DEL JUEVES											
SORTEO DEL DÍA 1 DE ABRIL DE 2021											
Seis series de 100.000 billetes cada una											
Lista acumulada de las cantidades que han correspondido a cada una de las seis series de los números premiados, clasificados por su cifra final											
Estos premios caducan a los tres meses, contados a partir del día siguiente al de la celebración del sorteo											
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
Números	Números	Números	Números	Números	Números	Números	Números	Números	Números	Números	Números
Euros/Billete	Euros/Billete	Euros/Billete	Euros/Billete	Euros/Billete	Euros/Billete	Euros/Billete	Euros/Billete	Euros/Billete	Euros/Billete	Euros/Billete	Euros/Billete
43300.....150	43301.....150	43302.....150	43303.....150	43304.....180	43305.....210	43306.....210	43307.....150	43308.....180	43309.....180	43310.....150	43311.....150
43312.....150	43313.....150	43314.....180	43315.....150	43316.....180	43317.....150	43318.....150	43319.....180	43320.....150	43321.....150	43322.....150	
43323.....150	43324.....150	43325.....150	43326.....150	43327.....180	43328.....150	43329.....270	43330.....150	43331.....180	43332.....150	43333.....180	
43334.....150	43335.....300	43336.....150	43337.....150	43338.....180	43339.....150	43340.....150	43341.....150	43342.....180	43343.....150	43344.....180	
43345.....150	43346.....150	43347.....210	43348.....150	43349.....180	43350.....150	43351.....150	43352.....150	43353.....180	43354.....150	43355.....180	
43356.....150	43357.....150	43358.....150	43359.....150	43360.....150	43361.....150	43362.....150	43363.....150	43364.....150	43365.....150	43366.....150	
43367.....150	43368.....150	43369.....150	43370.....150	43371.....150	43372.....150	43373.....150	43374.....150	43375.....150	43376.....150	43377.....150	
43378.....7.620	43379.....60.000	43380.....150	43381.....150	43382.....150	43383.....150	43384.....150	43385.....150	43386.....150	43387.....150	43388.....150	
43389.....150	43390.....150	43391.....150	43392.....150	43393.....150	43394.....150	43395.....150	43396.....150	43397.....150	43398.....150	43399.....240	
70900.....300	70901.....300	70902.....300	70903.....300	70904.....330	70905.....360	70906.....360	70907.....300	70908.....330	70909.....330	70910.....330	
70911.....300	70912.....300	70913.....300	70914.....330	70915.....300	70916.....300	70917.....300	70918.....330	70919.....330	70920.....300	70921.....300	
70922.....300	70923.....300	70924.....300	70925.....300	70926.....300	70927.....420	70928.....300	70929.....300	70930.....330	70931.....300	70932.....300	
70933.....300	70934.....300	70935.....300	70936.....300	70937.....300	70938.....300	70939.....300	70940.....300	70941.....300	70942.....360	70943.....300	
70944.....300	70945.....300	70946.....300	70947.....300	70948.....300	70949.....300	70950.....300	70951.....300	70952.....300	70953.....300	70954.....300	
70955.....300	70956.....300	70957.....300	70958.....300	70959.....300	70960.....300	70961.....300	70962.....300	70963.....300	70964.....300	70965.....300	
70966.....300	70967.....300	70968.....300	70969.....300	70970.....300	70971.....300	70972.....300	70973.....300	70974.....300	70975.....300	70976.....300	
70977.....300	70978.....300	70979.....300	70980.....300	70981.....300	70982.....300	70983.....300	70984.....300	70985.....300	70986.....300	70987.....300	
70988.....12.300	70989.....300	70990.....300	70991.....300	70992.....300	70993.....300	70994.....300	70995.....300	70996.....300	70997.....300	70998.....300	
70999.....300											
Terminaciones	Terminaciones	Terminaciones		Terminaciones	Terminaciones	Terminaciones	Terminaciones	Terminaciones	Terminaciones	Terminaciones	Terminaciones
1990.....750	231.....150	1742.....810		9204.....780	05.....60	06.....60	77.....60	868.....180	0579.....990		
430.....150	331.....150	42.....60		444.....180		26.....120		8.....30	8699.....840		
	71.....60			764.....180		86.....60			729.....180		
				4.....30					979.....240		
									79.....90		
									99.....90		
									9.....30		

ESTE SORTEO PONE EN JUEGO 12.600.000 EUROS EN PREMIOS