

FÉLIX VIÑUELA, COORDINADOR DEL GRUPO DE ESTUDIO DE NEUROPSICOLOGÍA DE LA SEN Y DE LA UNIDAD DE DETERIORO COGNITIVO DEL HOSPITAL UNIVERSITARIO VIRGEN MACARENA DE SEVILLA



“LAS ENFERMEDADES CON DETERIORO COGNITIVO SE PUEDEN PREVENIR, SOBRE TODO CUANDO ADQUIRIMOS HÁBITOS DE VIDA AÑOS ANTES”

El Grupo de Estudio de Neuropsicología de la SEN tiene como objetivos, en el próximo año, fomentar la capacitación específica en esta área de conocimiento bajo un sistema de acreditación profesional con validez europea, así como la implementación de proyectos de investigación interdisciplinares.

Este grupo de la Sociedad Española de Neurología tiene un nuevo *coordinador* para los próximos dos años, el Dr. **Félix Viñuela**, quien también es el *coordinador de la Unidad de Deterioro Cognitivo del Hospital Universitario Virgen Macarena de Sevilla*. Con él hablamos sobre su vocación y su interés por la especialidad. *“Dentro de la medicina me atrajo el órgano más complejo y menos conocido, como es el cerebro. La complejidad, el*

reto de adentrarse en algo que todavía tiene mucho por descubrir, esa frontera entre la mente y el cerebro, entre lo psicológico y lo orgánico, es lo que me llevó a la neurología, y dentro de ella a la parte que se dedica a las funciones que llamamos superiores o intelectuales”. En cuanto a los objetivos como *coordinador del Grupo de Neuropsicología*, Viñuela destaca la importante misión de fomentar la docencia y el conocimiento entre el resto de los neurólogos

de esta parte tan compleja y un poco árida de la especialidad, mediante cursos de formación y capacitación a otros grupos de la SEN. También señala la formación extendida a otros profesionales que hacen frontera con la neurología, como los psiquiatras. Además, *“el segundo gran reto es fomentar la investigación en este área. Hay un gran campo de conocimiento que está por descubrir, que también es frontera con los colectivos que están utilizando nuevas tecnologías de neuroimagen funcional, explorando cómo funciona el cerebro tanto sano como enfermo. Cada vez nos enseñan mucho más, no solamente de cómo funciona, sino de cómo podemos tratarlo. El mismo campo de la neuropsicología es la frontera entre la neurología y la psicología, por lo tanto es fundamental un punto de vista multidisciplinar para abordar todos esos territorios”*. En su trabajo diario, se siente afortunado de formar parte de una unidad de neurociencia combinada de dos hospitales, Virgen de la Macarena y Virgen del Rocío. *“Quizás la mayor unidad de toda Europa, con más de 40 neurólogos y más de 15 neurofisiólogos”*. Y además de afrontar la actividad asistencial y los retos diagnósticos, pueden ofrecer a los pacientes los nuevos tratamientos que están en investigación. *“Estamos trabajando con más de cinco fármacos nuevos en Alzheimer, y los pacientes tienen la posibilidad de probar esos tratamientos años antes de que salgan al mercado”*, afirma satisfecho el coordinador.

Alzheimer

La enfermedad de Alzheimer es uno de los grandes retos de la sociedad y de la neurología, porque está muy relacionada con el envejecimiento de la población, un defecto de las sociedades occidentales. Tal y como explica Viñuela, *“para poder paliar que haya un porcentaje tan alto de enfermos infradiagnosticados es básica y vital la formación. Resulta fundamental la formación de los médicos de atención primaria en este área de conocimiento, es otro de los grandes retos que tiene nuestro grupo de estudio, mejorar su capacitación a la hora de diagnosticar precozmente esta patología, para poder poner el tratamiento lo más pronto posible”*.

El otro reto es a nivel social, en palabras del doctor, lograr una mayor sensibilización con respecto a la prevención de este tipo de enfermedades. *“Uno de los grandes retos es concienciar a la gente de lo importante que es ejercitar nuestro cerebro de una manera adecuada como mecanismo de prevención de la enfermedad de Alzheimer. Cada vez hay más evidencias de que ejercitar, entrenar y estimular nuestro cerebro es preventivo frente a potenciales enfermedades neurodegenerativas. Hay que enviar este mensaje a nivel social mucho más ampliamente, aunque creo que cada vez está calando más en la sociedad que igual que hay que ejercitar el cuerpo hay que ejercitar la mente. Las enfermedades con deterioro cognitivo se pueden prevenir, sobre todo cuando adquirimos hábitos de vida años antes”*.

Uno de los síntomas más frecuentes en la enfermedad de Alzheimer es la pérdida de memoria, el problema es que esa pérdida de memoria es algo muy frecuente en el envejecimiento cognitivo de la persona sana. *“Quizás lo que nos tiene que dar la alarma es cuando esa pérdida de memoria es sobre temas relevantes, y también cuando está repercutiendo en el rendimiento cotidiano”*, apunta Viñuela. Por lo que se refiere a los tratamientos farmacológicos, hasta

ahora *“son eficaces a la hora de ralentizar el avance de la enfermedad, pero desgraciadamente no la curan. En los momentos actuales tenemos un gran volumen de fármacos en investigación que estamos probando para poder curarla, que atacan al depósito de amiloides, que es la sustancia tóxica que se deposita en el cerebro, y anticuerpos que lo que hacen es unirse a ese amiloide y retirarlo del cerebro”*, explica el doctor.

“El mismo campo de la neuropsicología es la frontera entre la neurología y la psicología, por lo tanto es fundamental un punto de vista multidisciplinar”

FÉLIX VIÑUELA

Hábitos y prevención

La importancia que tienen los hábitos y estilos de vida, y sobre todo el entrenamiento de nuestro cerebro, resulta absolutamente fundamental, y no hacerlo de cualquier manera, tal y como insiste el doctor. *“Podemos cambiar nuestros hábitos de vida décadas antes de que pueda aparecer el Alzheimer. Eso influye enormemente en nuestra posibilidad de padecerlo. Me refiero, por un lado, a lo que ya sabemos, una dieta sana, mediterránea, cuidando el colesterol, la tensión... y por otro lado los hábitos cognitivos de estimular nuestro cerebro, como más lectura, más hábitos intelectuales y menos audiovisuales. Me preocupan los hábitos de las nuevas generaciones, y mucho, porque las evidencias apuntan a que los hábitos intelectuales beneficiosos son efectivamente los que tienen más que ver con el lenguaje, y quizás todo lo audiovisual, como el exceso de televisión, va en detrimento de eso. Incluso hay un estudio sobre el hecho de que el cerebro se estimula muchísimo menos cuando usamos un teclado que cuando escribimos a mano. Deberíamos volver a la escritura manual, requiere un mayor esfuerzo intelectual, es mucho más creativa, lo otro es mucho más mecánico. Cada vez tenemos más evidencias”*.

El Alzheimer no es ni mucho menos la única, aunque sí la más conocida de todas las enfermedades neurodegenerativas. Existen muchas otras demencias, especialmente casos de enfermedades raras como la enfermedad de Pick, menos frecuentes pero también con un gran impacto. Viñuela recuerda, además, que *“el campo de la neuropsicología abarca todos los rangos de edad, en los niños tiene gran importancia y relevancia en los trastornos cognitivos el TDAH (trastorno por déficit de atención e hiperactividad), que tanto impacto tiene en el fracaso escolar. Ahí hay un debate entre quizás la dificultad que hay a la hora de distinguir propiamente la patología de simplemente el trastorno de comportamiento que esté relacionado con una problemática familiar. Lo que sí es cierto es que está muy infradiagnosticado, y que si se detecta a tiempo tiene su tratamiento farmacológico y cognitivo”*. +