



ENFERMEDADES NEUROLÓGICAS
“PERDER LA MEMORIA POR
LA EDAD NO ES NORMAL”



▶ 6 Noviembre, 2022

NEURO
 PSICO-
 LOGÍA

Aunque se repitió hasta la saciedad que del Covid íbamos a salir mejores, y aunque muchas personas piensan justo lo contrario, el neuropsicólogo Saül Martínez-Horta sostiene que tampoco hemos salido peores: «Somos lo que somos». ¿Y qué somos exactamente? «Somos una especie que cuando las cosas funcionan desde un punto de vista de que tenemos las necesidades cubiertas y no nos sentimos agredidos o acosados, tenemos un comportamiento acorde a las reglas donde todo está bien, pero cuando eso se desmorona no hay nada en nuestra naturaleza que justifique que seamos algo maravilloso, la gente mira por sus cosas y esa es una realidad. Es muy bonito decir que nos preocupa mucho el lince ibérico o cualquier otra cosa, hay que hacerlo y decirlo, pero otra cosa es la realidad humana. Lo que hemos visto con el Covid y lo que vemos constantemente a lo largo de la historia de la humanidad es que cuando suceden cosas vemos un reflejo de nuestra realidad, de lo que somos. Y no pasa nada, hay que asumir qué es lo que somos», añade.

Eso hace que seamos capaces de lo mejor y lo peor, como suele decirse. Desde una joven que miente y simula tener un trastorno neurológico, una amnesia, que le impide recordar nada de la vida pasada y actual; hasta un hombre que simula que está mal, cuando no es así, para no asustar a su mujer que sí lo está al llevarla a la consulta. Y todo ello teniendo plena capacidad cognitiva. Cuando algo se rompe en el cerebro y perdemos ciertas funciones, a veces incluso la conciencia de quiénes somos, además de lo mejor y lo peor pueden suceder cosas inverosímiles y maravillosas.

De todo eso nos habla este especialista en su primer libro que acaba de salir, *Cerebros rotos* (Kailas Editorial), un compendio de algunos de los casos que ha visto trabajando en la Unidad de Trastornos del Movimiento del Hospital de la Santa Creu i Sant Pau y en el departamento de Neuropsicología del Centro de Diagnóstico e Intervención Neurocognitiva (CDINC) de Barcelona.

“PERDER LA MEMORIA POR LA EDAD NO ES NORMAL”

‘CEREBROS ROTOS’, DE SAÜL MARTÍNEZ-HORTA NEUROPSICÓLOGO DE LA UNIDAD DE TRASTORNOS DEL MOVIMIENTO DEL H. DE LA SANTA CREU I SANT PAU

Este especialista cuenta en su primer libro varios casos de enfermedades neurodegenerativas, fascinantes por lo médico y lo humano, que hablan también de cómo somos como especie

ROCÍO R. GARCÍA-ABADILLO MADRID

Casos que ha elegido por una doble vertiente: «Desde una perspectiva neuropsicológica son casos que la forma en la que se presenta el síntoma o la enfermedad es atípica o espectacular. Y luego por su componente humano», explica Martínez-Horta. Ese impacto le llevaba a escribir hilos en Twitter que dieron lugar a este libro.

No muchos de ellos, eso sí, con final feliz, al tratarse de enfermedades neurodegenerativas: demencia, enfermedad de Alzheimer o de Huntington, Parkinson, afasia progresiva primaria... Son patologías que nos aterran porque nos lo arrebatan todo, por eso a veces aunque haya algo que no está bien tenemos miedo de hacernos pruebas por lo que pueda salir. Martínez-Horta añade otro temor: la soledad. «Cuando las personas aún están bien, uno de los miedos más atroces que suelen tener no es el dejar de ser quienes son, sino tener la certeza de que el mundo les abandonará cuando dejen de ser quienes son. La sensación de ‘cuando yo de algún modo pierda la

cabeza, el mundo dejará de entenderme y me quedaré solo, yo no me daré cuenta, pero estaré aislado’, es un miedo que está ahí».

Cómo hacer para implicarse, pero hacerlo lo justo y no llevarse todo eso a casa no es fácil. «No se trata de aprender a no llevártelo a casa o de que no te afecte, se trata de aprender a gestionar este tipo de emociones y a convivir con ellas. Es cierto que si no haces algún tipo de gestión con esto, exponerte constantemente a ese dolor va destruyendo una pequeña parte de ti. Después de vivir una situación emocionalmente muy potente a mí me funciona algo tan sencillo como tomarme una pausa, salir a dar una vuelta, pensar en mi familia o en cosas que me gustan, como el surf». Y confiesa: «Yo no he llorado, pero me he aguantado las ganas de llorar una infinidad de ocasiones. Supongo que te ayuda el contexto, sientes que en ese momento no puedes ser tú quien se venga abajo».

Un aspecto en el que Martínez-Horta insiste mucho en el libro es en cómo se ha instaurado en la sociedad la idea errónea de que perder memoria es algo normal por la edad. «Si infantilizamos al mayor, si normalizamos o convertimos en anécdotas que el abuelo o el papá *chochea*, nos estamos equivocando totalmente porque no estamos proporcionando aquello que necesitan estas personas».

Por eso, el neuropsicólogo incide en la prevención: por un lado, estimulando la reserva cognitiva: «Usar la cabeza, socializarse, tener hábitos que no sean siempre exactamente la misma rutina e incorporar cosas nuevas...»; y, por otro, con la detección precoz. Martínez-Horta defiende realizar controles a partir de cierta edad, igual que se hace en próstata en hombres y mama en mujeres, para descartar problemas. «Hacerse un chequeo merece la pena, sin miedo, hay que normalizarlo, porque en muchas ocasiones lo que hay detrás no tiene nada que ver con una enfermedad del cerebro».

Es decir, olvidar palabras o despistarse en la calle no tienen por qué ser motivo de preocupación. Hay muchos factores que pueden contribuir y explicar que la cognición humana se vea alterada, algunos «muy relacionados con la vida que llevamos: descansar mal, el estrés, los trastornos del ánimo, algunos fármacos que nos hayan recetado... son un sinfín de cosas», remata.

SA
 LUD



PEDRO SALADO / ARABA PRESS

SOLEDAD “PENSAR ‘CUANDO PIERDA LA CABEZA, EL MUNDO DEJARÁ DE ENTENDERME Y ME QUEDARÉ SOLO’ ES UN MIEDO QUE ESTÁ AHÍ”