



# La prevención se dibuja como el camino para evitar la aparición del Alzheimer

➤ El doctor egarensé Jordi Camí, director de la Pasqual Maragall, explica la enfermedad en la BCT



Gente de todas las edades escuchó atentamente la conferencia de Jordi Camí, organizada por el despacho de Alfons Catena. MARTA BALAGUER

trar una manera de prevenir la enfermedad. "El Alzheimer empieza silenciosamente 20 o 30 años antes de su detección", es decir, de la aparición de los síntomas. "Solo que fuésemos capaces de entretener unos 5 años el inicio de la parte clínica, se podrían reducir los casos entre un tercio y la mitad", reveló el doctor. Pese a que no se conocen las causas iniciales, si se sabe que existe una degeneración de partes del cerebro como resultado de la acumulación de una proteína (B-amiloide) que produce destrucción neuronal. Ante este nuevo paradigma —en el que se sabe que la enfermedad empieza décadas antes—, pueden volver a probarse aquellos novedosos fármacos que fracasaron años atrás. Para ello es necesario entender la historia natural de esta enfermedad, cómo y cuando se inicia, cómo evoluciona y conocer cuándo es el mejor momento para actuar.

La prevención secundaria consistiría por tanto en intervenir en estas etapas previas, frenando o enlenteciendo suficientemente el progreso de la neurodegeneración, evitando el progreso a la fase de demencia donde todo parece irreversible. De este modo, si se consigue disponer de medicamentos que modifiquen el curso evolutivo de la enfermedad y éstos se pueden aplicar en la fase preclínica, se podrá retrasar el inicio clínico de la enfermedad. Para muchas personas esto significaría, según el Dr. Camí, "prácticamente la curación, pues no desarrollarán nunca sus síntomas. Solamente retrasando cinco años la aparición de los síntomas clínicos o fase de demencia, el número de personas actualmente diagnosticadas se podría reducir más de un 35%".

De momento parece que se está lejos de conseguir la curación completa del Alzheimer, entendida como la desaparición total de esta enfermedad. No obstante son varios los estudios que apuntan a que la mejor manera de prevenir la aparición del Alzheimer es llevar un estilo de vida saludable igual que el que llevan los enfermos de patologías cardiovasculares. Es decir, hacer ejercicio físico, comer equilibradamente y no consumir sustancias tóxicas como el tabaco o el alcohol es el mejor camino para prevenir esta demencia. ■

## LA FRASE

"El Alzheimer empieza silenciosamente entre 20 y 30 años antes de su detección"

**JORDI CAMÍ**

Médico experto en Farmacología

## Mercè Folch

Cada vez vivimos más años, y en general con mayor calidad de vida. La sociedad envejece y la media de edad de vida en las mujeres se sitúa en los 85 años en Catalunya. Una tendencia que va al alza y se prevé que en unos 30 años la población de 80 años triplique la actual. Esto significará un gran cambio demográfico que debe comportar un cambio de estructuras en muchos aspectos de la vida, tanto en el mercado de trabajo, como en las pensiones, el modelo de viviendas o la estructura urbanística, entre muchas otras. En cuanto a los aspectos de salud, vivimos mejor, aunque con matices. A los últimos decenios de la vida se llega en distintas condiciones, dependiendo de factores genéticos y ambientales, como los hábitos, la educación y las condiciones socioeconómicas. Muchas enfermedades fatales años atrás se han convertido en crónicas, compatibles con una vida aceptable.

La mayoría de problemas graves de salud se ha ido trasladando y acumulando hacia lo que se denomina "la cuarta edad", los años finales de la vida. Así, las personas

## Estudio Alfa: un paso más para la prevención

➤ El diagnóstico actual de la enfermedad de Alzheimer es tardío y, cuando la enfermedad se confirma, el daño cerebral existente es irreversible. Se sabe que se producen cambios estructurales en el cerebro décadas antes de la aparición de los síntomas clínicos, pero se desconocen los factores que los provocan. Para ello desde la Fundació Pasqual Maragall se ha ideado el estudio Alfa (Alzheimer y Familias), que permitirá conocer mejor los procesos que tienen lugar antes del inicio de la enfermedad y se podrán diseñar intervenciones para prevenir o retrasar su aparición. En este estudio participan más de 2.700 voluntarios adultos sanos, hijos de pacientes diagnosticados de Alzheimer, a los que se les realizarán pruebas cada tres años. El

objetivo es recoger información científica sobre las características biológicas y la evolución natural de los recursos cognitivos y emocionales de este grupo de personas a lo largo de su vida. Disponer de este conocimiento permitirá llevar a cabo subestudios para detectar factores de riesgo e indicadores para predecir el desarrollo de la enfermedad. La Fundació iniciará en 2016 los primeros ensayos clínicos con 200 participantes, con el objetivo de validar fármacos que actúen en los estadios iniciales de la enfermedad, evitando o retrasando la aparición de los síntomas. Estos primeros ensayos se enmarcan dentro del proyecto europeo EPAD (European Prevention of Alzheimer's Dementia) en el que participan 35 centros.

tienen a vivir relativamente sanas hasta los finales de la sesentena, a partir de cuando las enfermedades crónicas y los problemas de discapacidad comienzan a acumularse progresivamente.

Así explicó el Doctor Jordi Camí, especialista en farmacología clínica, la creciente aparición del Alzheimer en una conferencia realizada el jueves en la Biblioteca Central de Terrassa y organizada por la Asesoría de la Gent Gran del abogado Alfons Catena. Un auditorio formado no solo por personas mayo-

res sino por alumnos del IES Montserrat Roig, escucharon con atención las explicaciones del médico terrassense, que vino a exponer el trabajo de prevención de la enfermedad que se desarrolla en la Fundació Pasqual Maragall.

"La mayor amenaza a una vida con más años y de mayor calidad son las demencias, en particular la enfermedad de Alzheimer. La mayoría de demencias se presentan a partir de los 65 años, una población que cada vez es más numerosa", manifestó Camí. Las personas con

esta demencia pierden la memoria, tienen dificultad en el lenguaje, se les altera la personalidad y se desorientan con facilidad. Además desprenden lo más básico, como comer, vestirse o lavarse. Son entre 10 y 15 años de progresiva discapacidad. "Algo indigno para el enfermo y muy duro para la familia", confesó el también director de la Fundació Pasqual Maragall.

## PREVENCIÓN SECUNDARIA

Por todo ello, desde el año 2008 en la Fundació se trabaja para encon-