

Tendències

Una malaltia pròpia de gent gran

L'ictus entre els joves ha crescut un 43%

L'augment a tot el món occidental s'associa a profunds canvis d'hàbits

ANA MACPHERSON
Barcelona

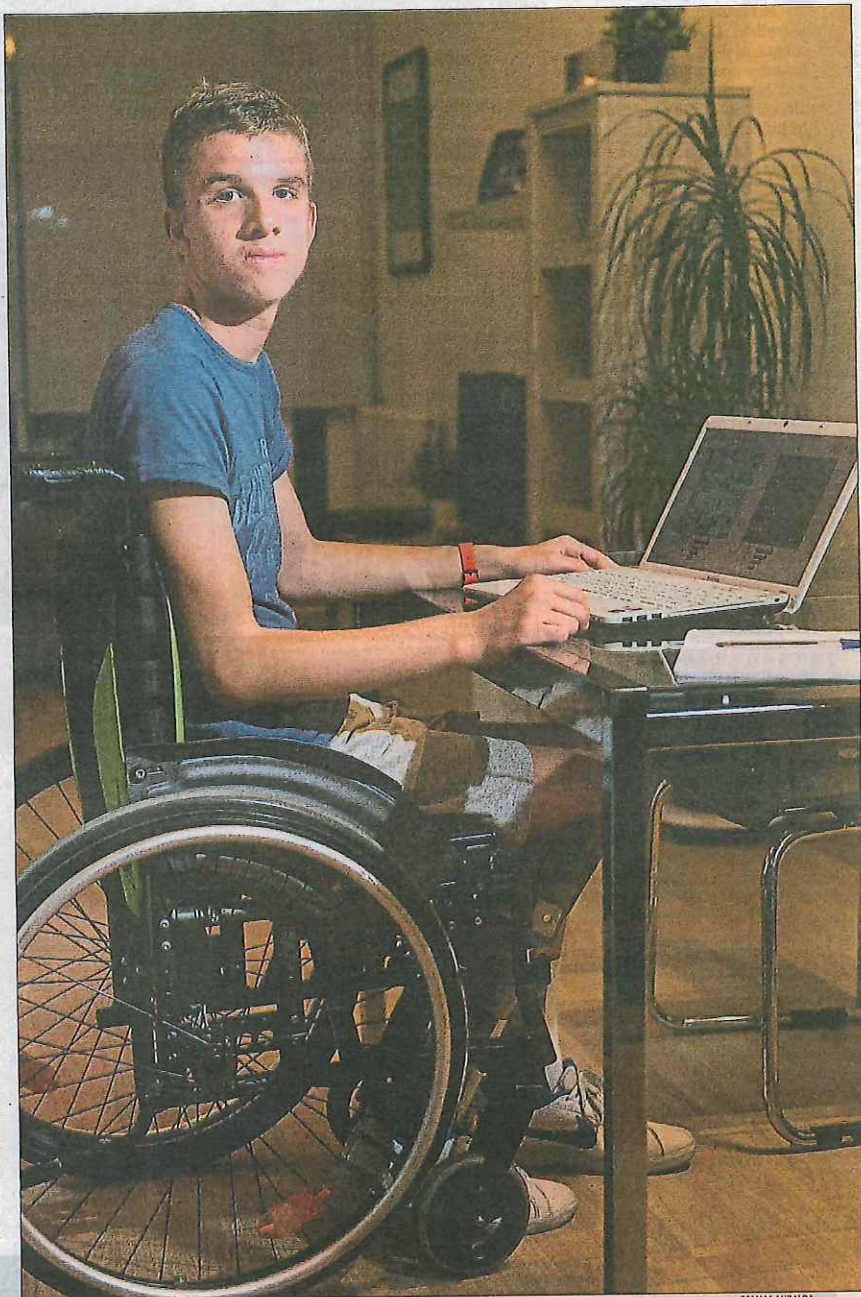
Els ictus, accidents vasculars que deixen sense reg una zona del cervell per una obstrucció d'un vas sanguini, van a la baixa entre les persones que més els tenen, els majors de 60 anys, però entre la població de 25 a 44 anys han crescut un 43% els últims deu anys. El fenomen és general a tot el món occidental per als ictus isquèmics (no per als hemorràgics, quan un vas sanguini es trenca, que mantenen una freqüència estable). Les xifres es repeteixen als Estats Units, a Dinamarca i a França, i la línia ascendent ha pujat sobretot a partir del 2000.

Què ha canviat? "La manera de viure, els hàbits de vida, el que mengem, el que fumem, que no ens movem, la manera de treballar, la pressió, els horaris", enumera Montse Bernabéu, respon-

sable de dany cerebral adquirit a la Fundació Guttman. "El 90% d'aquests ictus analitzats en 188 països tenen causes modificables", adverteix. Val a dir que un estudi d'aquest any publicat a la revista *Lancet Neurology* concretava que el 74% dels ictus joves estaven directament relacionats amb la dieta, el tabac i un notable descens de l'activitat física. També es culpa la pol·lució, fins a un terç de risc relacionat.

Les xifres d'ictus infantils són més estables, i els accidents vasculars sovint són conseqüència de cardiopaties congènites o infeccions (en el cas d'en Jack, al costat d'aquestes línies, la causa van ser diversos aneurismes amb els quals probablement va néixer i que ningú no va poder advertir). Però els hàbits infantils, sobretot en alimentació, que marcaran la salut i els riscos quan es facin més grans, són "una crida d'atenció", apunta Montse Bernabéu.

Colesterol, diabetis, hipertensió, un elevat consum social de



GENMA MIRALDA

JACK WICKETT 13 anys

Va tenir l'ictus als 5 anys i ara fa 2n d'ESO. Té problemes d'atenció i memòria, i també per caminar. De vegades va en cadira de rodes.

"Treballo molt per caminar més bé"

■ En Jack acaba d'estrenar extraescolars fora de Guttman, i ha començat teatre i bàsquet en cadira de rodes. Feia 8 anys -va tenir l'ictus als 5 i en té 13- que passava les tardes, de tres a set, a les instal·lacions de la Guttman a Badalona: treball amb el fisio, teràpia ocupacional per als braços, logopeda els primers anys i neuropsicòloga per a la

memòria i altres seqüeles cognitives. "Sortia de l'escola i a les dues venia l'ambulància", recorda la seva mare, Sònia Vilarrubi. Ara va en cadira de rodes a estones, perquè el ràpid creixement li està complicant la marxa, que havia aconseguit millorar molt amb una intervenció quirúrgica multinivell -nou intervencions en una-. Ara s'esperaran

que pari de créixer. Quatre aneurismes el van deixar inconscient als 5 anys a la piscina dels avis, i després d'operar-lo, col·locar-li drenatges, mantenir-lo en coma induït i preparar-se per al pitjor, en Jack, un mes i mig després, parlava, menjava, mastegava sense problemes, reconeixia els seus. Així que va deixar Sant Pau i es va traslladar a la Guttman per començar la rehabilitació. "Té problemes d'atenció i memòria immediata, però és capaç de recordar perfectament la lletra d'una cançó; tot el que és abstracte li costa, però fa servir la calcula-

ALS 5 ANYS

La lesió produïda per quatre aneurismes li afecta les cames i l'aprenentatge

REHABILITACIÓ MÚLTIPLE

Les tardes a la Guttman inclouen fisio, teràpia per al braç i entrenar el cervell

dora; llegeix bé, però té mala comprensió lectora, necessita que el posis en context; li costa prendre la iniciativa, no sap jugar sol i ha millorat molt", diu la seva mare. Per a en Jack, en canvi, tot es redueix a "tinc un problema a les cames, però estic fent exercicis per estar més bé; treballo molt per caminar més bé". Al darrere, 8 anys d'un treball multidisciplinari intens i l'actuació experta de diversos hospitals en els primers moments. "Viatgem tant com podem, li encanta, però no el veig agafant sol l'autobús. De moment", diu la seva mare.

EL PLA D'ACCIÓ DEL CODI ICTUS A CATALUNYA**El triple d'assistits**

En 10 anys s'han triplicat el nombre d'ictus que arriben en 95 minuts a l'hospital adequat

Tractats immediatament

El 50% ja és avaluat i tractat fins i tot en un hospital comarcal gràcies a una teleconsulta

El 90% són isquèmics

El 90% dels ictus són isquèmics (una obstrucció), i el 10%, hemorràgics. Entre els joves la proporció d'hemorràgics puja al 50%

Les conseqüències

El 20% sobreviu els següents 15 anys, i un terç, sense seqüeles. Un altre terç tindrà discapacitat lleu, i el terç restant, moderada o greu



GEMMA MIRALDA

“Ara no sé qui ets, veus el que em passa?”

Jordi Ruiz explica amb naturalitat com s'oblida del que acaba de passar, ell, que tenia una memòria magnífica. Per exemple, quan està mirant una pel·lícula, “de sobte s'ha acabat i no me n'he assabentat, és com si m'hagués adormit. I el mateix jugant a pàdel. No sóc conscient del resultat ni del pas del temps; creus que estàs al minut 10 i ja s'ha acabat el

partit. Perdona, ara no sé qui ets. Veus el que em passa?”. El primer senyal va ser un fort mal de cap el març passat; a l'hospital no li van donar importància. “Li van donar hora per al juny amb el neuro”, explica Maribel Alba, la seva dona, que l'1 d'abril va donar a llum bessons. “I el 5 de maig va tenir un mal de cap enorme i quan va arribar a l'hospital es

va desplomar”. Un aneurisma. A través de l'engonal van arribar a l'arteria trencada i van tancar la ferida. Va passar un mes i 5 dies a l'UCI de Bellvitge amb la vida en l'aire i els seus nadons a casa. La seva lesió és frontal i les afectacions principals són la memòria immediata i també l'apatia, una absència total d'iniciativa. No se sent trist, ni preocupat ni té por. “Però no puc conduir, perquè hi ha risc de convulsions, i vaig a la comissaria en mode guarderia. Xerro una estona, prenc alguna cosa amb els companys, però no puc incorporar-me totalment a la

tabac, alcohol i drogues, més una manera de treballar amb excés de pressió i hores i amb una sobrada inseguretat, són un còctel verinós per a gairebé tots els mals que creixen, des del càncer fins a l'alzheimer passant pels ictus.

Les seqüeles d'aquests accidents van de 0 a 100: n'hi ha que ni ho sabran o es recuperen sense problemes, d'altres tindran enormes dificultats per moure's, per funcionar en qualsevol aspecte de la vida. D'altres no sobreviuen.

“A nosaltres ens arriben els que pateixen conseqüències importants”, explica Antonia Enseñat, neuropsicòloga experta en rehabilitació cognitiva i emocional a la Guttman. “Però hi ha seqüeles que només són identificables quan es fa una exploració molt a fons i massa vegades passen inadvertides. Observem afàsies, una incapacitat per parlar, escriure, comprendre i llegir en molts afectats de l'hemisferi esquerre; o conductes totalment desinhibides, o apaties que no són en absolut una depressió, amb una absència absoluta de consciència d'aquests déficits, un altre tret de la lesió. Molt sovint hi ha problemes de memòria immediata que impedeixen de desenvolupar qualsevol feina. I en els infants, déficits que es presenten a l'escola i que no es poden tractar com un problema diferent, per exemple, d'atenció. Són part d'una lesió i ho hem de tractar en conjunt”, explica la neuropsicòloga.

Aquest treball conjunt o multidisciplinari suposa una coordinació absoluta de tots els rehabilitadors. Per començar, la rehabilitació física per caminar o moure els braços, estirar músculs que s'atrofien o no reben ordres clares del cervell danyat. També utilitzen sistemes robotitzats per millorar les funcions motrius, amb robots que acompanyen exercicis més minuciosos de la mà, per exemple, i que van augmentant la resistència a poc a poc. L'entrenament cognitiu amb un programa d'ordinador GNPT (Guttman Neuro Personal Trainer) que també es pot fer des de casa, va recuperant memòria, la velocitat de resposta, funcions

que estan danyades per la lesió. I també, en alguns casos, l'estimulació cerebral magnètica transcranial, una tècnica no invasiva que permet, per exemple, modular la part del cervell que se sobreeixcitava quan una altra zona, la lesionada, no funciona bé, cosa que acaba implicant la millora a la zona danyada.

“Si no identifiquem bé les seqüeles cognitives, emocionals i de comportament i no oferim un tractament adequat a totes aquests déficits, molts dels pacients acaben en un centre de salut mental quan realment es tracta d'una conseqüència d'una lesió neurològica; o acomiadats dels llocs de treball i mai s'acaba de relacionar el que ha passat -falta

EL CÒCTEL VERINÓS

Colesterol, diabetis, hipertensió, tabac, alcohol i excés de pressió a la feina

MÉS ENLLÀ DE LA PARÀLISI

Són freqüents afàsies, apatia, desinhibició i pèrdua de memòria immediata

EL MODEL GUTTMANN

La rehabilitació després d'un atac és tant física com cognitiva, de conducta i emocional

d'iniciativa, de reacció, poca traça en una funció que abans desenvolupaven sense problemes - amb l'ictus”, indica Enseñat.

En el cas dels infants, els problemes van apareixent amb cada etapa de desenvolupament, motiu pel qual el seguiment dura fins als 16 anys. Aquest control inclou, a part de la rehabilitació múltiple, contacte amb les escoles perquè els professors sàpi-guen com anar adaptant l'ensenyament a aquest cervell que va recuperant funcions i descobrint nous problemes.●

JORDI RUIZ 44 anys

Mosso d'esquadra. Va tenir un ictus hemorràgic el 5 de maig, un mes després que naixessin els seus bessons. La memòria immediata encara li falla

FA CINQ MESOS

El vessament cerebral li ha afectat la memòria immediata i la iniciativa: té apatia

ELS AVENÇOS

Va a comissaria però encara no pot treballar ni conduir; necessita algú sempre amb ell

feina”. La Maribel detecta una gran diferència amb el Jordi de sis mesos abans. No poden deixar-lo sol, així que ara que ella ha tornat al seu lloc de treball el deixa al matí a la comissaria i es combina amb el seu sogre per estar amb en Jordi, que avança davant l'ordinador amb el programa de neuroentrenament de la Guttman. “Em va bé, m'han augmentat la dificultat”. Els bessons ja no els banya sol, sempre amb suport. Com quan cuina paelles. “El que més trobo a faltar és parlar amb ell. Té afectada l'essència de la persona”.